સદાચાર સુવિચારમાં,

॥ ॐ ॥

॥ श्रीनाथगुरुर्विजयतेतराम् ॥

# स्त्रीओनुं नित्यकर्म


સંગ્રહિત કરનાર

સ્વ૦ પીતાંબર ગોવિંદરામ ભટ્ટ

સાણંદ, ગુજરાત



વિનામૂલ્યે આપવા પ્રકટ કરનાર

બહેન લક્ષ્મીબાઈ કરશી દામજી

કલ્યાણજી હાઉસ, ગિરગામ, બેકરોડ, મુંબઈ.

ધી 'નિર્મળ' પ્રીન્ટિંગ પ્રેસમાં ત્રિવેદી શિવપ્રસાદ

લલ્લુભાઈએ છાપ્યું. ઠે. પીરમશારોડ-અમદાવાદ.

અગીઆરમી આવૃત્તિ

પ્રતિ ૫૦૦૦ કુલ પ્રતિ ૨૩૪૦૦

સંવત્ ૧૯૮૪ સન ૧૯૨૮


સ્ત્રીવર્ગ જ્યારે સુધરે,

સ્ત્રી ધર્મમાં

ઉદ્ધાર ક્યાં?

# વિષયાનુક્રમણિકા



॥ ॐ नमः श्रीसद्गुरुपरमात्मने ॥

# स्त्रीओनुं नित्यकर्म

**શ્રીસદ્ગુરુ શ્રીનથુરામને, પ્રેમે કરી પ્રણામ;**
**અલ્પ ગ્રંથ આ આદરૂં, દ્વિજસ્ત્રીઓ વિશ્રામ. ૧**

સ્વધર્મપરાયણ આર્ય સ્ત્રીઓએ પ્રતિદિન આલસ્ય—અનાસ્થાનો ત્યાગ કરી શ્રદ્ધાપૂર્વક આ પુસ્તકમાં કહ્યાપ્રમાણે નિત્યકર્મ કરવું, કારણકે એથી આ લોકમાં સર્વ પ્રકારનાં સુખો, બુદ્ધિ, સંપત્તિ, સૌભાગ્ય, આયુષ્ય અને આરોગ્યની વૃદ્ધિ થાય છે, ને પરલોકમાં ક્રમે કરીને સ્વર્ગાદિ ઉચ્ચ લોકનાં સુખો પ્રાપ્ત થઇ અંતે ચિત્તશુદ્ધિ થઇ જ્ઞાનદ્વારા અખંડાનંદરૂપ પરમપદની પ્રાપ્તિ થાય છે.

## પહેલો પહોર

પવિત્ર સ્ત્રીઓએ નિત્ય પ્રાતઃકાલમાં સૂર્યોદય થતાપહેલાં પોતાના સ્વામીના ઊઠયાપહેલાં મંગલ વાણીનો ઉચ્ચાર કરતાં ઊઠી, પ્રથમ પોતાના સ્વામીના મુખનું દર્શન કરી, પવિત્ર સતીઓનું, પોતાના સ્વામીના સદ્ગુરુ-નું, તથા શ્રીસામ્બશિવભગવાનનું કે શ્રીવિષ્ણુનું નામસ્મરણ કરવું. વિધવા-સ્ત્રીએ પોતાની શ્રીસદ્ગુરુની, શ્રીશંકરની અથવા શ્રીવિષ્ણુની સ્તુતિ કરવી.

તે પછી પથારી ઉપાડી ઘરમાંથી સંજવારી કાઢવી. ત્યારપછી ઝાડે જંગલ જઇ આવી, પાંચ વાર ડાબો હાથ એકલો માટી ને જલથી ધોવો; તે પછી બે હાથ ભેગા કરી માટી ને જલથી ધોવા; ને પછી એક વાર બે પગ પણ માટી ને જલથી ધોવા. પછી ચાર કોગળા કરી દાતણ કરવું. તે પછી માથું ઓળી ગુંથી અંબોડો બાંધી, વસ્ત્રસહિત નીચે બતાવેલા વિધિ-પ્રમાણે નાહાવું. વસ્ત્રવિના ક્યારે પણ નાહાવું નહિ.

## સ્નાનવિધિ

પ્રથમ યોગ્ય વાસણમાં પોતાને જોઇતું ટાઢું ઊનું પાણી લઇ, પછી બે હાથ જોડી, પૂર્વાભિમુખે બેસી, નીચેનો મંત્ર બોલવોઃ—

**ગંગે ચ યમુને ચૈવ, ગોદાવરિ સરસ્વતિ;**
**નર્મદે સિંધુકાવેરિ, જલેસ્મિન્ સન્નિધિં કુરુ.**

ઉપરનો મંત્ર બોલી, તે નાહાવાના જલમાં તીર્થોનું આવાહન કરી, તેમને નમસ્કાર કરી, આચમન કરવું. પછી નીચે પ્રમાણે સંકલ્પ કરી, ગંગા યમુના સરસ્વતી અને નર્મદા આદિ તીર્થોમાં નાહાઇ હું પવિત્ર થાઉં છું એવી ભાવના મનમાં રાખીને નાહાવું.

**અત્રાદ્ય અમુકમાસે અમુકપક્ષે અમુકતિથૌ અમુકવાસરે મમ દેહશુદ્ધિસિદ્ધ્યર્થં પ્રાતઃસ્નાનમહં કરિષ્યે.**

એ પ્રમાણે નાહી, આચમન કરી, ધોયેલું વસ્ત્ર અથવા અબોટિયું પહેરવું.

---

## સૂર્યોપાસન

પ્રથમ પૂજનસામગ્રી પાસે લઇ, નિશ્ચિતપણે દર્ભ અથવા ઊનના આસનપર પૂર્વભણી મુખ રાખી પલોંઠી વાળીને બેસવું. ( પદ્માસન

કે સ્વસ્તિકાસન આવડતું હોય તો તે આસન વાળીને બેસવું.) પછી **કેશવાય નમઃ, નારાયણાય નમઃ, માધવાય નમઃ** એ ત્રણ મંત્રો બોલી, ત્રણ વાર આચમન કરી, **ગોવિંદાય નમઃ** એમ કહી જમણા હાથની હથેળી ધોઈ નાંખવી. પછી **વિષ્ણવે નમઃ** એ મંત્ર બોલી બે આંખોએ જલનો સ્પર્શ કરવો. તે પછી સૌભાગ્યવતી સ્ત્રીએ નીચેનો મંત્ર બોલીને પોતાને કપાલે કંકુનો ચાંલ્લો કરવોઃ—

**રમામપર્ણાં સાવિત્રીં, વૈદેહીં દ્રૌપદીં ચ મે;**
**સૌભાગ્યાય નમસ્કૃત્ય, કુંકુમં ધારયામ્યહમ્.**

વિધવાસ્ત્રીએ **શ્રીશિવાય નમઃ** એ મંત્ર બોલી કોરી વિભૂતિનો અથવા જલનો પોતાના કપાલમાં ચાંલ્લો કરવો, અથવા ત્રિપુંડ્ર કરવું.

પછી ડાબા હાથમાં જલ લઈ **પુનાતુ માં તત્સવિતુર્વરેણ્યમ્** એ મંત્ર બોલી, જમણા હાથનાં આંગળાંવડે કિંવા ફૂલવડે પોતાના શરીરપર તથા આસનપર માર્જન કરવું. ( થોડું પાણી છાંટવું. ) તે પછી નીચે બતાવેલી રીતે ત્રણ પ્રાણાયામ કરવાઃ—

પ્રથમ આંખો મીચી, મૌન રાખી, જમણા હાથની છેલ્લી બે આંગળીઓથી ડાબું નાક દબાવી રાખી, **નમો ભગવતે શ્રીસૂર્યાય** એ મંત્ર એક વાર બોલતાં જમણી નાસિકાથી પવન અંદર ખેંચવો, પછી જમણા હાથના અંગૂઠાથી જમણું નાક પણ દબાવી દઇ ઉપરનો મંત્ર ચાર વાર કે પોતાની શક્તિપ્રમાણે મનમાં ભણી રહેતાંસુધી તે અંદર રોકવો, ને પછી બે વાર તે મંત્ર મનમાં બોલતાં ડાબી નાસિકાથી ધીરે ધીરે રોકેલો પવન બહાર કાઢવો. આ એક પ્રાણાયામ થયો. એવા ત્રણ પ્રાણાયામ કરવા.

ઉપર પ્રમાણે ત્રણ પ્રાણાયામ કર્યાપછી **અત્રાદ્ય અમુકમાસે અમુકપક્ષે અમુકતિથૌ અમુકવાસરે મમોપાત્તદુરિતક્ષયદ્વારા શ્રીપરમેશ્વરપ્રીત્યર્થં શ્રીસૂર્યોપાસનમહં કરિષ્યે** એમ બોલી સંકલ્પ કરવો. ત્યારપછી ઊભાં થઇ નીચેનો મંત્ર ત્રણ વખત બોલી શ્રીસૂર્યનારાયણને પાણીના ત્રણ અર્ઘ્ય આપવાઃ—

**નમોસ્તુ સૂર્યાય સહસ્રભાનવે,**
**નમોસ્તુ વૈશ્વાનરજાતવેદસે;**
**ત્વમેવ ચાર્ઘ્યં પ્રતિગૃહ્ણ દેવ,**
**દેવાધિદેવાય નમો નમસ્તે.**

એ પ્રમાણે અર્ઘ્ય આપી તે અર્ઘ્યના જલનો બે આંખોએ સ્પર્શ કરવો.

પછી **નમો ભગવતે શ્રીસૂર્યાય** એ મંત્રનો એક સો ને આઠ વાર અથવા યથાશક્તિ જપ કરવો. પછી શ્રીસૂર્યનારાયણને બે હાથ જોડી નમસ્કાર કરવો.

તે પછી **અનેન શ્રીસૂર્યોપાસનકર્મણા શ્રીભગવાન્ પરમેશ્વરઃ પ્રીયતાં ન મમ** એમ બોલી આચમનીમાંનું જલ નીચે મૂકી સૂર્યોપાસન સમાપ્ત કરવું.

આવી રીતે સાંજે પણ સૂર્યોપાસન કરવું.

ત્યારપછી પોતાના પતિ, સદ્ગુરુ, દેવ, બ્રાહ્મણ અને પોતાનાં સાસુસસરો તથા ઘરમાં જે કોઈ વૃદ્ધ હોય તેમને બે હાથ જોડી, તે ભૂમિપર મૂકી, તે પર માથું રહે તેમ નમી, પગે લાગવું. એ પ્રમાણે નિત્ય અભિવાદન કરવાથી આયુષ્ય, વિદ્યા, કીર્તિ અને શરીરબલની વૃદ્ધિ થાય છે.

## જપયજ્ઞ

ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ એ ચારે ફલને આપનાર તથા દારિદ્રય, દુઃખ, શોક, રોગ અને ભયને મટાડનાર જપયજ્ઞનું સધવા કે વિધવા સ્ત્રીએ શ્રદ્ધાપૂર્વક નિત્ય અનુષ્ઠાન કરવું. ધર્મશાસ્ત્રમાં મહર્ષિઓએ જપયજ્ઞનું ને સ્વાધ્યાયનું માહાત્મ્ય બહુ બહુ પ્રકારે જણાવ્યું છે, માટે તેની સિદ્ધિસારુ સુજ્ઞ સ્ત્રીઓએ નિત્ય અર્થની સમજસાથે શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતા,*શ્રીવિષ્ણુ-સહસ્રનામ કે શ્રીશિવમહિમ્નસ્તોત્ર આદિનો અનુકૂલતાપ્રમાણે પાઠ કરવો. સૌભાગ્યવંતી સ્ત્રીઓએ વિશેષમાં સતીગીતાનો અર્થના મનનસાથે પાઠ કરવો, ને તે ન બને તો યથાશક્તિ ભગવત્સ્મરણ કરવું અથવા **શ્રીશિવાય નમઃ** એ પંચાક્ષરમંત્રનો યથાશક્તિ જપ કરવો.

## શ્રીશિવપૂજન

આગળ બતાવ્યાપ્રમાણે બેસી, આચમનપ્રાણાયામ કરી, **અત્રાદ્ય અમુકમાસે અમુકપક્ષે અમુકતિથૌ અમુકવાસરે શ્રીશિવપૂજનમહં** કરિષ્યે એમ બોલી,—સંકલ્પ કરી, **શ્રીશિવાય નમઃ** એ મંત્ર ભણી શ્રીશંકરને સ્નાન કરાવી, એનો એ મંત્ર ભણીને અનુક્રમે ચંદન, પુષ્પ, (ફૂલ,) ધૂપ, દીપ અને નૈવેદ્ય અર્પણ કરવાં. પછી પાનસોપારી ને દક્ષિણા અર્પણ કરી **શ્રીશિવાય નમઃ** એ મંત્રની દશ કિંવા એક માળા ફેરવવી. કદાચ તેટલું ન બની શકે તો દશ વાર તે મંત્રનો જપ કરી પછી નીચે પ્રમાણે બોલી આચમનીમાં લીધેલું જલ નીચે મૂકવું:—

**અનેન શિવપૂજનકર્મણા શ્રીસદાશિવઃ પ્રીયતાં ન મમ.**

---

*પૂજ્યપાદ મહારાજ શ્રીમન્ નથુરામશર્મા–પ્રણીત શ્રીસરલાટીકા-વાળાં ભગવદ્ગીતા સ્ત્રીઓને નિત્ય પાઠ કરવામાં વિશેષ ઉપયોગી છે.

## શ્રીવિષ્ણુપૂજન

વૈષ્ણવધર્મ પાળનારી સ્ત્રીઓએ સૂર્યોપાસનમાં બતાવ્યાપ્રમાણે આચમનપ્રાણાયામ કરી, નીચે પ્રમાણે બોલી, સંકલ્પ કરવો:—

**અત્રાદ્ય અમુકમાસે અમુકપક્ષે અમુકતિથૌ અમુકવાસરે શ્રીવિષ્ણુપૂજનમહં કરિષ્યે.**

તે પછી **નમો ભગવતે વાસુદેવાય** એ મંત્ર બોલી શ્રીવિષ્ણુભગવાનની પ્રતિમાને સ્નાન કરાવી, એનો એ મંત્ર ભણી અનુક્રમે ચંદન, પુષ્પ, તુલસી, ધૂપ, દીપ, નૈવેદ્ય, મુખવાસ, દક્ષિણા, આરતિ અને નમસ્કાર આદિથી પૂજન કરી, **નમો ભગવતે વાસુદેવાય** એ મંત્રનો ૧૦૮ વાર કિંવા ૧૦ વાર જપ કરી પછી નીચે પ્રમાણે બોલી ઉત્તરસંકલ્પ કરી વિષ્ણુપૂજન પૂર્ણ કરવું:—

**અનેન વિષ્ણુપૂજનકર્મણા શ્રીમહાવિષ્ણુઃ પ્રીયતાં ન મમ.**

---

## શ્રીસદ્‌ગુરુપૂજન

સાધકસ્ત્રીઓએ પોતાના આસનપર પૂર્વાભિમુખે બેસી, આચમનપ્રાણાયામ કરી, નીચે પ્રમાણે બોલી, પ્રથમ પોતાના શ્રીસદ્‌ગુરના પૂજનનો સંકલ્પ કરવો:—

**અત્રાદ્ય અમુકમાસે અમુકપક્ષે અમુકતિથૌ અમુકવાસરે મમ ત્રિવિધદુઃખાનામાત્યંતિકનિવૃત્તિપૂર્વકસચ્ચિદાનંદસ્વરૂપસાક્ષાત્કારદ્વારાખંડમોક્ષસુખસંપાદનાર્થં શ્રીસદ્‌ગુરુપૂજનમહં કરિષ્યે.**

તે પછી નીચે પ્રમાણે બોલી શ્રીસદ્‌ગુરુપરમાત્માનું ધ્યાન કરવું:—

બ્રહ્માનંદં પરમસુખદં કેવલં જ્ઞાનમૂર્તિં, દ્વંદ્વાતીતં ગગનસદૃશં તત્ત્વમસ્યાદિલક્ષ્યમ્; એકં નિત્યં વિમલમચલં સર્વધીસાક્ષિભૂતં, ભાવાતીતં ત્રિગુણરહિતં સદ્‌ગુરું તં નમામિ.

તે પછી શ્રીસદ્‌ગુરુની પ્રતિમાનું (છબીનું) અથવા પાદુકાઓનું શ્રીસદ્‌ગુરુપરમાત્મને નમઃ એ મંત્ર બોલી બોલીને અનુક્રમે સ્નાન, ચંદન, પુષ્પ, ધૂપ, દીપ, નૈવેદ્ય, મુખવાસ, દક્ષિણા, આરતિ અને નમસ્કાર આદિથી પૂજન કરી, નીચે પ્રમાણે બોલી ઉત્તરસંકલ્પનું જલ મૂકી સદ્‌ગુરુપૂજન સમાપ્ત કરવું.

અનયા પૂજયા શ્રીસદ્‌ગુરુપરમાત્મા પ્રીયતાં ન મમ.

## નિત્યદાન

કરેલા દાનનું ફલ આ લોકમાં ને પરલોકમાં સુખરૂપે પ્રાપ્ત થાય છે માટે ધર્મશીલ સ્ત્રીઓએ પ્રતિદિન પોતાના ઘરની સંપત્તિઅનુસાર દ્રવ્ય, વસ્ત્ર, અન્ન, ફલ કે જલ આદિનું દાન કરવાનો નિત્ય નિયમ રાખવો, કારણકે દાન ન કરવાથી દરિદ્રયાદિ દુઃખોને પ્રાપ્ત થઈ અંતે અસદ્‌ગતિ પામવી પડે છે, માટે પ્રત્યેક ગૃહસ્થ સ્ત્રીએ એકે દિવસ દાન આપ્યાવિના રહેવું નહિ.

## બીજો પહોર

એ રીતે પ્રાતઃકાલના નિત્યનિયમથી પરવારી બીજા પહોરમાં પૂજનનાં, હોમનાં, રાંધવાનાં, બહાર વાપરવાનાં, પાણી ભરી લાવવાનાં, અને જલ ભરી મૂકવાનાં જે જે પાત્રો હોય તે તે સઘળાં સાંજી ઊટકી સ્વચ્છ કરવાં. શુદ્ધ જાડા જાડા વસ્ત્રના ગળણાથી ગાળીને ભરવું. પછી નિત્ય ન બને તો પૂનમ, અમાસ, રવિવાર, ઉપવાસ કે બીજા કોઈ

પર્વઉત્સવના દિવસો હોય ત્યારે તથા જનોઇ કે વિવાહાદિ માંગલિક પ્રસંગના દિવસોમાં સુવાસિની સ્ત્રીઓએ ઘરના ઉંબરાઆગળ તથા આંગણામાં છાણમાટીથી લિંપી, રંગની વેલો કાઢી, અગરબત્તી ગુગળ કિંવા કોઇ સુવાસિત વસ્તુનો ધૂપ કરવો. તેમ કરવાથી તે ઘરમાં આધિવ્યાધિનો ઉપદ્રવ થતો નથી, ને લક્ષ્મી તેમાં નિરંતર વાસ કરીને રહે છે. પછી રસોઇ કરવાસારુ વીણીઝાટકી સ્વચ્છ કરેલું અન્ન, બળતણ, પાણી તથા બીજો જોઇતાં સાધનસામગ્રી આદિ આગળથીજ પોતાની પાસે લઇને રસોઇ કરવાના કામમાં પ્રવૃત્ત થવું. સ્થિર ચિત્તે સાવધાનતાપૂર્વક રસોઇ કરવી. રસોઇમાં સ્વાદ આવવો એ રસોઇ કરનારના હાથમાં છે. તાપ સાધારણ રાખવો, બહુ થોડો નહિ તેમ વધારે પણ નહિ. ઘરનાં માણસોનાં આરોગ્ય તથા જીવનનો આધાર તે રસોઇપર છે એ રસોઇ કરનારે સ્મરણમાં રાખવું. રંધાતા કે રંધાઇ ગયેલા પાકનાં વાસણો ઊઘાડાં રાખવાં નહિ. રસોઇ કરતાં ખરી અગત્યવિના વારંવાર બહાર જવું કે સ્પર્શ ન કરવાયોગ્ય પ્રાણિપદાર્થનો સ્પર્શ કરવો નહિ. મસોતાં ધોયેલાં વાપરવાં, ને રસોઇ કરતાં અકળાવું કે ઊતાવળાં થવું નહિ.

—o—

## સુવાસિની સ્ત્રીઓનું વિશેષ કર્તવ્ય

ઉત્સાહપૂર્વક સાવધાનપણે રસોઈ કરી રહ્યાપછી પોતાના સ્વામીને જમવા બેસવાસારુ પાટલો ગોઠવી, જમણે પડખે ઉપપાત્ર-(પવાલા)સહિત મોટું જલપાત્ર મૂકી, રંધાયેલી સામગ્રી સ્વચ્છ સુ-શોભિત પાત્રમાં પીરસવી. પીરસવાનો વિધિ આ પ્રમાણે છે:—શાક અથાણું ને ચટણી આદિ વ્યંજન પદાર્થો પાત્રમાં જમનારના જમણા હાથભણી રહે તેમ; ને પૂરી, રોટલી, લાડુ, કંસાર અને શિરો તથા બીજાં પકવાન્ન આદિ ભક્ષ્યભોજ્ય પદાર્થો ડાબા હાથભણી રહે તેમ મૂકવાં, ને ભાત

પાત્રની મધ્યે મૂકવો, તેમજ દાળ, કઢી, દૂધપાક, શીખંડ, રસ અને ઘી વગેરે લેહ્ય પદાર્થો પણ જમણા હાથભણી મૂકવા. તે પછી **નમઃ કાંતાય સર્વદેવાશ્રયાય** એ મંત્ર બોલી સૌભાગ્યવતીએ પોતાના પતિનું ચંદન, અક્ષત અને પુષ્પથી પૂજન કરવું.

## વૈશ્વદેવ

સધવા તથા વિધવા સ્ત્રીઓએ પોતાના ઘરમાં જો કોઇ પુરુષ વૈશ્વદેવ કરે એમ ન હોય તો આ પ્રમાણે વૈશ્વદેવ કરવોઃ—

દર્ભાસનપર પૂર્વાભિમુખે બેસી, આચમનપ્રાણાયામ કરી, નીચે પ્રમાણે સંકલ્પ કરવોઃ—

**અત્રાદ્ય અમુકમાસે અમુકપક્ષે અમુકતિથૌ અમુકવાસરે મમ ગૃહે પંચસૂનાજનિતસકલદોષપરિહારપૂર્વકશ્રીપરમેશ્વર-પ્રીત્યર્થં વૈશ્વદેવાખ્યં કર્માહં કરિષ્યે.**

તે પછી જે અગ્નિથી રસોઇ કરવામાં આવેલી હોય તે અગ્નિને કુંડમાં સ્થાપી, ચંદન અક્ષત અને પુષ્પથી પૂજા કરી, પવિત્રતાથી રસોઇ થયેલી હોય તો ઘીવાળા ભાતની, નહિ તો કાચા ચોખા ધોઈ ઘીવાળા કરી તેની, નીચેના પાંચ મંત્રો ભણી પાંચ આહુતિઓ આપવીઃ—

**બ્રહ્મણે નમઃ, પ્રજાપતયે નમઃ, ગૃહાભ્યો નમઃ, કશ્યપાય નમઃ, અનુમતયે નમઃ ॥**

એ રીતે હોમ કરી, દેવને નૈવેદ્ય ધરાવી, તે રંધાયેલા અન્નમાંથી ગોગ્રાસ, (ગાયનો ભાગ,) શ્વાનગ્રાસ (કૂતરાનો ભાગ) અને વાયસબલિ (કાગડાનો ભાગ) કાઢી, તે સમયે જો કોઇ ક્ષુધાર્ત (ભૂખથી પીડાતો) અતિથિ આવી મળે તો તેને ઉત્સાહપૂર્વક જમાડવો. જો તે અતિથિને

રાંધેલું અન્ન ખપે તેમ ન હોય તો તેને યથાશક્તિ કોઈ અન્ન આપવું. તે પછી નીચે પ્રમાણે બોલી, જમણા હાથમાંનું કે આચમનીમાંનું જલ નીચે મૂકી, વૈશ્વદેવની સમાપ્તિ કરવી:-

**અનેન વૈશ્વદેવાખ્યેન કર્મણા શ્રીપરમેશ્વરઃ પ્રીયતાં ન મમ.**

## ભોજનવિધિ

પીરસાયેલા પાત્રને થોડા જલથી પ્રોક્ષણ કરી તેમાંથી **ભૂપતયે નમઃ, ભુવનપતયે નમઃ, ભૂતાનાં પતયે નમઃ** એ ત્રણ મંત્રો બોલી, ત્રણ વાર થોડું થોડું અન્ન ભોજનપાત્રની બહાર સંમુખ મૂકી, એક વાર આચમન કરી, બે આંખોએ જલનો સ્પર્શ કરી સ્થિરતાથી જમવું.

## ત્રીજો પહોર

ભોજન કર્યાપછી એઠાં-અજીઠાં-વાસણ તથા જલપાત્ર આદિ માંજી ભોજન કરાયેલા સ્થલને તથા ચૂલાને લિંપી, શુદ્ધ કરી, દિવસનાં જે જે અગત્યનાં કામો હોય તે તે સંભારીને કરી લેવાં, ને તે પછી નિશ્ચિંત થઈ પ્રીતિપૂર્વક ઘણા ઉત્સાહથી પોતાને જેમાંથી સદ્બોધ મળે એવાં પુસ્તકો જેવાં કે શ્રીયોગવાસિષ્ઠમહારામાયણ, શ્રીવાલ્મીકિરામાયણ, મણિરત્નમાલા, ભામિનીભૂષણ, સાવિત્રીચરિત્ર કિંવા બીજી સતીઓનાં ચરિત્રો તથા મહાનુભાવ પૂજ્યપાદ મહાત્મા શ્રીમન્નથુરામશર્મા-પ્રણીત શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાની સરલા તથા રહસ્યપ્રદીપિકા ટીકા, સદુપદેશદિવાકરનાં કિરણો, સુબોધકલ્પલતા, સ્વાભાવિકધર્મ, મનુષ્યમિત્ર, પ્રશ્નોત્તરરૂપે વિવિધ ઉપદેશ, યોગકૌસ્તુભ, પરમપદબોધિની અને શ્રીઉપદેશગ્રંથાવલિના સમગ્ર અંકો, તેમજ તેથી જો પોતાની બુદ્ધિ વિશેષ સૂક્ષ્મ હોય તો શ્રીપાતંજલયોગદર્શન, શ્રીવેદાંતદર્શન, શ્રીસાંખ્યદર્શન,

અને શ્રીઉપનિષદો ઇત્યાદિ પુસ્તકો નિત્ય નિયમ રાખીને લક્ષ્યપૂર્વક વાંચવાં. વિષયવાસના વધારનારા શૃંગારી ગ્રંથો કદીપણ વાંચવા નહિ.

## ચેાથા પહેારનું તથા સાયંકાલનું કર્તવ્ય

દિવસના ચોથા પહેારમાં ઘરમાં રહેલાં વસ્ત્રો તથા વાસણો વગેરેની યોગ્ય વ્યવસ્થા કરવી. સાયંકાલ થતાં સત્વર પવિત્ર થઈ, ઘીનો દીવો પ્રકટી, **દીપો જ્યોતિઃ પરં બ્રહ્મ, દીપો જ્યોતિર્જનાર્દનઃ, દીપો હરતુ મે પાપં, સંધ્યાદીપ નમોસ્તુ તે.** એ મંત્ર બોલી, દીવાની પ્રાર્થના કરી, નમસ્કાર કરવો, ને તે પછી ઘરમાં જોઇતા પ્રકાશમાટે તેલ આદિના બીજા દીવા પ્રકટવા. તે પછી આચમનપ્રાણાયામ કરી **શ્રીશિવાય નમઃ ॥** એ મંત્રનો અવકાશપ્રમાણે જપ કરવો. દીવો દક્ષિણદિશાભણીના મુખે મૂકવો નહિ.

## રાત્રિનું કર્તવ્ય

રાત્રિએ પહેલા પહેારમાંજ ભોજન થઈ જાય તેમ કરવું, ને એઠાં વાસણ તુરત માંજી નાંખવાં, પણ વાસી રહેવા દેવાં નહિ. તે પછી સ્વચ્છ સ્થળે ઉત્તરદિશાવિના બીજી ગમે તે દિશાભણીના ઓસીકાએ સૂઇ રહેવામાટે પલંગ કે પથારી પાથરી તૈયાર કરવાં, ને તેની પાસે જલપાત્ર તથા પ્રાતઃકાલમાં ઊઠી તુરત દર્શન કરવામાટે પોતાના સ્વામી, સદ્ગુરુ કે ઈશ્વરની છબી અને અનુકૂલતા હોય તો યોગ્ય સ્થલે બળતો દીવો રાખો, રાત્રિના બીજા પહેારમાં રાગદ્વેષમાં ગુંથાયેલા પોતાના ચિત્તને પતિસેવાથી શાંત કરી, પવિત્ર થઇ, શ્રીપરમાત્મરૂપ પતિનું સ્મરણ કરતાં નિદ્રાવશ થવું. વિધવાએ શ્રીપરમાત્માનું ભજનકીર્તન કે સ્મરણધ્યાન કરી શ્રીઇશ્વરનું નામસ્મરણ તથા ધ્યાન કરતાં નિદ્રાવશ થવું.

---

## કુમારિકાઓના ધર્મ

કુમારિકાઓએ પોતાને જન્મ આપનાર, તથા ઘણા કષ્ટે પાળીપોષી ઊછેરી મોટાં કરી, વિદ્યા, વિવેક, વિચાર અને વ્યવહારી જ્ઞાનનું શિક્ષણ આપી નિરંતર ભલું ઇચ્છનાર માતાપિતાવિષે ઘણા પ્રેમથી પૂજ્યભાવ રાખી ક્યારે પણ તેમની આજ્ઞાનો ભંગ ન કરતાં પોતાનાથી બનતી તેમની સેવા કરવી, તથા તેમને પોતાના કામકાજથી અને વર્તનથી સંતોષ આપવો, પણ તેઓ દુભાય તેવું વર્તન કદાપિ કરવું નહિ. નિત્ય પ્રાતઃકાલ થતાપહેલાં ઊઠવું, ને આંખો તથા મોં ધોઇ, ઝાડે જંગલ જઇ આવી, દાતણ કરીને નાહાવું. ટાઢની ઋતુમાં પણ કોઇ દિવસ નાહાવામાં આલસ્ય કરવું નહિ. માથાના વાળ જૂઓ પડે એવા મેલા નહિ રાખતાં નિત્ય ઓળીચોળી સ્વચ્છ રાખવા. લૂગડાં મેલાં તથા પરસેવાથી ગંધાતાં નહિ રાખતાં ચોખ્ખાં રાખવાં. પ્રતિદિન નાહાયાપછી પવિત્ર વસ્ત્રો પહેરી સૂર્યનારાયણને, ઘરમાં શ્રૌત કે સ્માર્ત અગ્નિ હોય તો અગ્નિનારાયણને, અને દેવ હોય તો દેવને પ્રણામ ( નીચે બેસી બે હાથ જોડી ભૂમિપર રાખી તેપર માથું મૂકી પગે લાગવું તે ) કરી માતાપિતાને ને ઘરમાં બીજાં કોઇ વૃદ્ધ હોય તો તેમને તથા મોટા ભાઇ ભોજાઇ અને મોટી બેનને પ્રણામ કરવો. પોતાને ઘેર માતા-પિતાના પૂજ્ય ગુરુ કે કોઇ પવિત્ર સંત સાધુ અથવા બ્રાહ્મણ આવે તો તેમને પણ પ્રણામ કરવો. તે પછી પોતાની માતાને પૂછી ઘરમાં સંજવારી કાઢવાનું, વાસણ માંજવાનું, દાળચોખા વીણવાનું, લોટ ચાળવાનું, પાણી ગાળવાનું કે એવાં બીજાં જે જે ઘરનાં અગત્યનાં કામો પોતાન થી બને એવાં હોય તે સાવધાનીથી કરવાં, ને જે કામ પોતાને ન આવડતું હોય તે કામ શીખવાનો ઉત્સાહ રાખી બતાવ્યાપ્રમાણે ચિત્ત રાખીને કરવું. રસોઇનું કામ પણ થોડું થોડું પોતાની માતાની

અથવા રસોઇ કરનારની પાસે બેસી ઉત્સાહ રાખી શીખતાં રહેવું, ને પોતાને આવડેલું રસોઇનું કામ કરવાનો જ્યારે પ્રસંગ આવે ત્યારે ધીરે રહી, સાવચેતી રાખી, પહેરેલું લૂગડું સંકોરી, શરીરે દઝાય નહિ, ને રાંધવાની વસ્તુ દાઝી કે બળી જાય નહિ, તેમજ તે કાચી કે પાણી-પોચી રહે નહિ, તથા તેમાં મીઠું, મરચું, હળદર આદિ મશાલો જોઇતોજ પડે, પણ વધુઓછો પડે નહિ એમ લક્ષ રાખીને રસોઇનું કામ કરવું. જેમાં પોતાને સમજણ ન પડે તેમાં આગવું ડહાપણ ન કરતાં પોતાની મા કે કોઈ વડીલને પૂછીને કરવું. જે બાળકીઓ નાનપણમાં આળસુ થઇ ઘરના કામકાજમાં ને રસોઇના કામમાં અણશીખાઉ રહે છે તે મોટપણમાં બહુ દુઃખી થાય છે, ને જે તે કામમાં કુશળ હોય છે તે સૌને વહાલાં થઈ માન પામે છે. ડાહી કન્યાઓએ રીસાળ કે રોતડ સ્વભાવ રાખવો નહિ. જમવામાં ભૂખ-જેટલું જમવું, પણ સ્વાદીઆ પદાર્થો હોય ત્યારે બહુ જમાય, ને સ્વાદવિનાના હોય ત્યારે ભૂખ્યાં રહેવાય એવી કુટેવ રાખવી નહિ. પોતાના ઘરમાં જે રંધાયું હોય તેજ નિરાંતે બેસી ભૂખપ્રમાણે જમવું, પણ તે પછી આખો દિવસ જે હોય તે કાચુંકોરું ભુકવાની ટેવ ન રાખવી, કેમકે તેથી શરીર બગડે છે. બહુ ખાટા, બહુ ઊના, બહુ તીખા, બહુ ગરમ અને ન પચે એવા પદાર્થો ખાવા નહિ, કારણકે તેથી અજીર્ણ, ઊધરસ, તાવ, સળેખમ, ખસ, આંખો આવવી કે માથું દુઃખવું ઇત્યાદિ રોગો થવાથી દુઃખી થવું પડે છે. સારું સારું ખાવાની, લાલચુપણાની, ઘરમાંથી છાનુંમાનું ચોરી ખાવાની કે એકલું ખાવાની કુટેવ પણ રાખવી નહિ. માતાપિતા જે કાંઇ ખાવાપીવાની કે ઓઢવાપહેરવાની વસ્તુ પ્રેમથી આપે તેમાં ઓછુંવધતું માની રીસાવું નહિ. ઘરનાં માણસો જમી રહ્યાપછી એઠું કાઢવાના કામમાં તથા અબોટ કરવાના કામમાં પણ પોતાની માને બને તેટલી મદદ

આપવી. કુમારિકાઓએ કોઈ સદાચરણી શાંત અને ધર્મિષ્ઠ સ્ત્રીશિક્ષક અથવા તેવાજ કોઇ વૃદ્ધ પુરુષશિક્ષકપાસેથી દેશભાષાનું, ( ગુજરાતીનું, ) ધર્મભાષાનું ( સંસ્કૃતનું ) અને બની શકે તો રાજભાષાનું ( ઇંગ્રેજીનું ) ઉપયોગજેટલું જ્ઞાન અવશ્ય મેળવવું, અને તેની સાથે ભરવાની, શિવવાની, ગુંથવાની અને ચિત્રની કળાઓ પણ શીખવી જોઇએ, તેમજ આરોગ્યના ( શરીરને નીરોગ રાખવાના ) નિયમો પણ સારી પેઠે જાણવા જોઇએ. એ રીતે કુમારિકાઓએ વિદ્યાકળાઓના જ્ઞાનસાથે સાધારણ ધર્મનીતિનું જ્ઞાન પણ અવશ્ય મેળવવાનું છે. પોતાનો ને પારકો સૌનો જીવ સરખો જાણી કોઈ નાનામોટા પ્રાણીને દુઃખ દેવું કે મારવું નહિ. જેવું દીઠું કે સાંભળ્યું હોય તેવુંજ વધઘટ કર્યાવિના સાચું બોલવું. વિનાખપે બહુ બોલવાની, તોછડા કે ભુંડા શબ્દો બોલવાની, બહુ ઘાંટો કાઢી કે છણકાછાકોટા કરી બોલવાની, અને ચાડી ખાવાની ટેવ રાખવી નહિ, પણ ખપજેટલુંજ નરમાશથી મીઠી વાણીમાં બોલવાની ટેવ પાડવી. હલકી વસ્તુની પણ ચોરી કરવી નહિ. નિરંતર પવિત્ર રહેવું. જ્યાં ખેલતમાસા કે ભવાઈ થતી હોય તથા જ્યાં છોકરાઓ રમતા ગાતા કે હસતાબોલતા હોય ત્યાં જવું બેસવું કે ઊભાં પણ રહેવું નહિ. નદી તલાવ કે વાવકૂવાપર એકલાં જવું નહિ, ને જવું પડે તો શરીર સંભાળવાનું ભૂલવું નહિ. પોતાના જેવડી જે બાળાઓ હોય તેમની સાથે બેસવું, રમવું, ભણવું કે ગાવું, પણ તેવો પ્રસંગ છોકરાઓસાથે પાડવો નહિ. જે કન્યા ઉંચા કુળની, ઉંચી જાતની, તેમાં પણ ડાહી, શાંતસ્વભાવની, સારા ગુણવાળી, સારી આવડવાળી, સારી સમજવાળી, ને સારી ચાલની હોય તેનોજ સંગ કરવો, તથા બેનપણું બાંધવું, પણ જે નીચી જાતની, ઉદ્ધત, છિછાંછળી વઢકારી, આળસુ, નિર્લજ્જ, દુરાચારી અને દુર્ગુણી હોય તેનો સંગ કે બેનપણું રાખવું નહિ. કુમારિકા-

ઓને કરવાયોગ્ય જે જે વ્રતો ગૌરીપૂજા, (ગોરની પૂજા,) ગાયવ્રત, તુલસીવ્રત, ચાંદ્રાવ્રત, રવિવાર કે સોમવારનું વ્રત તથા શિવપાર્વતીનું વ્રત હોય તે તે પોતાના દેશાચાર કે કુલાચારપ્રમાણે માતાપિતા અથવા ઘરના કોઇ વડીલની આજ્ઞા લઇને કરવાં. ગોરોના દિવસોમાં કેટલીક અણસમજુ છોડીઓ ભેગી થઇ નિર્લજ્જપણે ન બોલાય એવા ભુંડા શબ્દો બોલે છે, કુટે છે, ને ફટાણાં ગાય છે, જેથી એવાં નીચ કૃત્યથી તેમના ગોરોના વ્રતના પુણ્યકરતાં પાપ બહુ વધી જાય છે, તેથી ગૌરીમાતા પણ તે પાપી અને દુષ્ટ કન્યાઓઉપર બહુ કોપ પામી, તેમના પાપકર્મનું ફલ આપી તેમને બહુ દુઃખી કરે છે, માટે તેમ ના વર્તવું. ગોરોના તથા બીજા કોઈ વ્રતઉપવાસના દિવસોમાં ટાઢે પાણીએ નાહાવું, એક વાર ખાવું, પથારીએ સૂવું, સાચું બોલવું, ને નિયમપ્રમાણે સાંજસવાર પવિત્ર થઈ વ્રતના દેવનું પૂજન કરવું, તથા પોતાની સારા આચરણવાળી બેનપણીઓસાથે શ્રીશંકર, શ્રીવિષ્ણુ, શ્રીસૂર્ય, શ્રીગણપતિ, શ્રીલક્ષ્મી, શ્રીસરસ્વતી અને શ્રીપાર્વતીજીની સ્તુતિ અથવા પવિત્ર સતીઓનાં ચરિત્રોની ગરબીઓ કે કીર્તનો ગાવાં, કિંવા સારાં ધર્મનીતિનાં પુસ્તકો વાંચવાં. પહેરવાઓઢવામાં બહુ સાદાઈ રાખવી. સારાં સારાં ઘરેણાં કે નવાં નવાં લૂગડાં પહેરવાથી તમે નહિ શોભો તેવાં તમારા સારા ગુણ અને ડહાપણથી તમે શોભશો, માટે બેનો! જો તમારે સુખી થવું હોય તો ત્યાંત્યાંથી સારા ગુણ અને શાણપણ શીખજો.

## ઉંચા કુલની વહુઓના ધર્મ

નવોઢા, મધ્યા તથા પ્રૌઢા એવી સર્વ સૌભાગ્યવતી સ્રીઓએ સમજવું જોઇએ કે આ શરીરપર પ્રથમ કુમારિકાસ્થિતિમાં શરીરને જન્મ આપનાર માતાપિતાના મમત્વનો અધિકાર હોવાથી તેમના

સ્વાધીનમાં રહેવાનું હતું; તે તેમણે હવે તેજ આ શરીરનો લગ્ન-વેલાએ હસ્તમેલાપ કરતાં જમણો હાથ લઇ પતિના જમણા હાથમાં મૂકી, કન્યાદાન કરી, પોતાના મમત્વનો અધિકાર ઊતારી સગાંસંબંધી અને જ્ઞાતિ તથા અગ્નિ આદિ દેવોની સાક્ષીએ પતિના સ્વામિત્વનો (ધણીપણાનો) અધિકાર સિદ્ધ કરી આપ્યો છે, તેથી હવે માતાપિતાનો અધિકાર મટી પતિનો અધિકાર થયેલો છે, માટે મારે નિરંતર તેમનાજ વશવર્તી થઇ રહેવું જોઇએ, મારું શરીર સ્વામીનું, ને શરીરસાથે તેને પ્રેરનારું મારું મન પણ સ્વામીનું, તેમજ તે શરીરના નિમિત્તથી પોતાને આવી મળેલાં વસ્ત્રાલંકાર અને ધન પણ મારા સ્વામીનાં છે, એ અહર્નિશ સ્મરણમાં રાખી તન મન અને ધનથી તેઓ પોતાના ઉપર નિરંતર પ્રસન્ન રહે એવું વર્તન રાખવું એ કૂલીન વહુઓનું કર્તવ્ય છે. સ્ત્રીઓએ પરણ્યાપછી પિતાનું ઘર એ પરઘર અને પતિનું ઘર એજ પોતાનું ઘર જાણવું. શીતલ કિરણો અને ઉજ્જ્વલ પ્રકાશથી લોકોનાં નેત્રને તથા શરીરને આનંદ આપનાર ચંદ્ર પણ જેવો રાત્રિ-રૂપ પોતાના ઘરમાં શોભે છે તેવો તે દિવસરૂપ પરના એટલે સૂર્યના ઘરમાં રહી દેખાતો છતાં શોભતો નથી તેમ પરણેલી સ્ત્રી જેવી પોતાના સાસરામાં રહીને શોભે છે તેવી તે ગુણના ભંડારરૂપ હોય તોપણ પીયર કે મોસાળમાં રહેવાથી શોભતી નથી. સ્થાનભ્રષ્ટ થયેલા રાજા, પ્રધાન કે કોઈ અધિકારી તથા બ્રાહ્મણ, મેઘ, દાંત, કેશ (વાળ) અને નખ જેમ શોભતા નથી તેમ કુલીન સ્ત્રી પણ પતિના ઘરરૂપ સ્થાનથી ભ્રષ્ટ થઇને બાપ, ભાઈ કે મામાને ઘેર રહેવાથી શોભતી નથી. સહસ્ર સદ્‌ગુણો હોય, પરંતુ પતિવિમુખતાનો (પતિથી અણ-બનાવનો) એકજ અવગુણ જો સ્ત્રીમાં હોય તો તેના સહસ્ર ગુણો પણ કેવલ દોષરૂપ મનાય છે, પરંતુ સહસ્ર દોષો હોય, ને પતિસેવાનો

માત્ર એકજ ગુણ જો તેનામાં હોય તો તે સહસ્ર દોષોને ડાહ્યા માણસો ગુણરૂપ ગણે છે, માટે કયારે પણ પોતાનો સ્વામી અસંતુષ્ટ થાય એવું આચરણ સ્ત્રીએ કરવું નહિ. લગ્નક્રિયામાં સપ્તપદીના કર્મ-સમયે વરકન્યા સામસામી સાત પ્રતિજ્ઞાઓ કરે છે તેમાં કન્યાની સાત પ્રતિજ્ઞાઓ નીચે પ્રમાણે હોય છે:—

કન્યા વરને કહે છેઃ—"હે સ્વામી ! મેં આ મોટું સૌભાગ્ય આપનાથી મેળવ્યું છે, ૧. માટે આપ જે રળી લાવશો તેમાં હું ઘરનો નિર્વાહ કરી સંતોષ માનીશ, ૨. તેમજ હું નિત્ય આપની આજ્ઞા પાળીશ, ૩. તથા હું પવિત્ર થઇ, સારા શણગાર ધારણ કરી, મન વચન અને કર્મવડે આપની સાથે રમીશ. ૪. દુઃખમાં ધીરજ રાખનારી ને સુખમાં પ્રસન્ન થનારી હું આપના સુખદુઃખમાં ભાગિયણ છું. આપની આજ્ઞાવિના હું કોઈ સ્થળે જઇશ નહિ. ૫ સુખેથી હું આપના ઘરનાં બધાં કામ કરીશ, સાસુસસરાની સેવા ને બંધુઓનો સત્કાર કરીશ, અને જ્યાં આપ ત્યાં હું ને જ્યાં હું ત્યાં આપ એમ આપની સાથે એકતાથી વર્તીશ, હું પ્રતિજ્ઞાભંગ કરીને આપને કદાપિ ઠગીશ નહિ, ને આપ પણ મને ઠગશો નહિ. ૬ હું હોમયજ્ઞાદિના કામમાં નિત્ય આપને સાહાય્ય કરીશ, તથા ધર્મ, અર્થ અને કામસંબંધી કાર્યોમાં આપના મનની ઇચ્છાપ્રમાણે વર્તીશ. ૭ આ મારી પ્રતિજ્ઞાઓના બ્રાહ્મણ, અગ્નિ, દેવ, મારાં માતાપિતા અને સંબંધી વર્ગ એ સર્વ સાક્ષિરૂપ છે.

સૌભાગ્યવતી સ્ત્રીએ ઉપરનાં સાત પ્રતિજ્ઞાવચનોનો નિત્ય પાઠ કરી, તેને સ્મરણમાં રાખી, તેનું સારી રીતે પાલન કરવું; પણ પ્રતિજ્ઞા-ભંગ થવાય એવું અયોગ્ય આચરણ સમજુ સ્ત્રીઓએ કદીપણ કરવું નહિ.

પતિની પ્રસન્નતામાટે ઘર અને ઘરનાં સઘળાં સાહિત્યો સ્વચ્છ તથા સુશોભિત રાખવાં; ને સ્વામીના સાંનિધ્યમાં પોતાનું શરીર પણ શણગારયુક્ત સુશોભિત રાખી આનંદમાં રહેવું. તેણે રીસ, ક્રોધ કે

ઉદાસીનતા પોતાના સ્વામીને બતાવવાં નહિ. ઘરમાં અન્ન, વસ્ત્ર, વાસણ કે ઘરેણાં વગેરે જે જે ઉપસ્કર હોય તેની નિત્ય સંભાળ લઈ ઘટતી વ્યવસ્થા કરવી, પણ તે બગડતાં હોય તો જોઈ રહી એ તો મારાથી મોટાં હશે તે કરશે એવી વાટ જોઇ તેને બગડવા દેવાં નહિ. પોતાને માથે જે વડીલ હોય તે કામ કરતાં હોય તો તે જોઈ પોતે બેસી રહેવું નહિ, પણ તેમાં આગળ પડી તેમની પાસેથી વિનયથી માગણી કરી તે કામ પોતે ધ્યાન રાખીને કરવું. સાસુ, નણંદ, દેરાણી કે જેઠાણીસાથે કામમાટે પરસ્પર ચડસાચડસી કરવી નહિ. પોતાને કદાપિ વધારે કામ કરવું પડે તો સહન કરી લેવું, પરંતુ પોતાની શક્તિઉપરાંતનું હોય તો તે કામ બતાવનારને નમ્રતાથી યુક્તિપૂર્વક આજીજીસાથે કહી દેવું. કામ કરવામાં આળસુ સ્ત્રીઓને બેસી રહેવાથી કાંઈ લાભ થતો નથી, પણ જઠરાગ્નિનું મંદપણું અન્નપર અરુચિ, શરીરની જડતા ને તેથી મન-ઇંદ્રિયોનું પણ ભારેપણું તથા અપ્રફુલ્લિતપણું ઇત્યાદિ દોષોની વૃદ્ધિ થાય છે, તથા સાસરીઆનાં માણસમાં પણ તે અગખામણી ગણાય છે. જે સ્ત્રી કામકાજ કરવામાં છૂટી ( ત્વરાવાળી ) તથા કુશળ હોય છે, ને જેતે કામમાં આગળ પડી જો કામ કરે છે તો તે સાસરીઆનાં સર્વ માણસોને વહાલી થાય છે, તેના પર સૌ સ્નેહભાવ રાખે છે, ને તેની સારી રીતે પ્રશંસા કરે છે એટલુંજ નહિ, પણ કામકાજ કરવામાં આવવાથી તેના શરીરમાં વ્યાયામથી (અંગકસરતથી ) થતા સર્વ લાભો થાય છે, જેવા કે રક્તવાહિનીઓમાં લોહી સારી રીતે ફરી શકવાથી આરોગ્યની વૃદ્ધિ થાય છે, અન્નઉપર રુચિ વધે છે, તથા જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થવાથી આહારનું સારી રીતે પાચન થાય છે. એમ થવાથી મનઇંદ્રિયોની સ્વસ્થતા વધે છે, તેમજ નિદ્રાતંદ્રા આદિ દોષો નિવૃત્ત થાય છે. શરીર હલકું થવાથી ચંચળતા વધે છે, બુદ્ધિ બહુ નિર્મળ

થાય છે, સ્મરણશક્તિ વધે છે, માટે પોતાને કામ કરવાનું મળતાં તે બતાવનારનો ઉપકાર માની તે કામ ઉત્સાહથી કરવું.

સંસારમાં સ્ત્રીઓને સર્વ સુખના સ્થાનરૂપ તથા સર્વસ્વરૂપ પોતાનો સ્વામી છે, માટે તે તેમને પરમપૂજ્ય છે. તે માટેજ સ્વામીના શરીરને પ્રકટાવનાર, ઘણા વાત્સલ્ય તથા પ્રેમપૂર્વક પાલનપોષણ કરનાર, તેને ભવિષ્યના સુખમાટે વિદ્યા, વ્યવહાર અને ધર્મજ્ઞાનમાં પ્રવીણ કરનાર, તથા કષ્ટે સંપાદન કરેલી ને વહાલામાં વહાલી ધનાદિ વસ્તુઓને પણ પુત્રકરતાં અધિક નહિ માનનાર, પુત્રના દુઃખે દુઃખી ને સુખે સુખી થનાર, તથા નિરંતર તેને જોઈ પ્રેમાશ્રુ પાડનાર, અને અહર્નિશ પોતાના પુત્રનું શુભ ચિંતન કરનાર, કે જેના બદલામાં જોતાં આખા વિશ્વમાં કોઈ મળે નહિ એવાં પોતાનાં સાસુ અને સસરો તેમના વિષે અત્યંત પૂજ્યભાવ રાખી, પોતાનાં માતાપિતાતુલ્ય સ્નેહ રાખી, તેમને કદાપિ દુભાવા ન દેતાં પ્રસન્ન રાખીને તેમની સેવા કરવી. પતિના શરીર, ચાતુર્ય, વિદ્યા, જ્ઞાન, ઘર અને ધનાદિ અલંકાર આદિથી જે જે સુખો સ્ત્રીઓને મળે છે તે તે સઘળો તે વૃદ્ધોનોજ પ્રતાપ છે એમ માની કુળવાન્ માતાપિતાની પુત્રીઓએ નિર્મળભાવે સાસુસસરાની યોગ્ય સેવા કરવા ચૂકવું નહિ. કદાપિ તેઓ તામસી, જાડી બુદ્ધિનાં, અણસમજુ, ચીડીઆ સ્વભાવનાં, અદેખાં, જૂના વિચારનાં ગ્રામ્ય આચારવિચાર તથા વર્તનવાળા ને વઢકારાં હોય, તથાપિ ચતુર સ્ત્રીઓએ તે તે વૃદ્ધોના દોષો ન જોતાં પોતાના શાણપણથી, વિવેકથી, નમ્રતાથી તથા બુદ્ધિચાતુર્યથી તેમને વશ કરી વા પ્રથમ તેમના સ્વભાવને મળતાં રહી, તેમની પ્રીતિ મેળવી લેવી, કે જેથી તેઓ પોતાને વિરુદ્ધ જણાય નહિ. ચતુર સ્ત્રીઓની ચતુરાઈ, વિદ્યા, ડહાપણ અને સદ્‌ગુણોની

ખરી કસોટી ત્યારેજ થાય છે કે જ્યારે પારકાં પોતાનાં કરી સાસરિયામાં પોતાનો સમાવેશ કરી શકાય, તથા વિરૂદ્ધ સ્વભાવનાં શ્વશુરપક્ષનાં સઘળા માણસોની પોતાના પર પ્રીતિ મેળવી લેવાય, અને સાસરામાંજ પોતાને સ્વર્ગસમાન સુખનો અનુભવ થાય. વૃદ્ધોની સેવા કરનારનાં આયુષ્ય, વિદ્યા, કીર્તિ અને બલ એ ચારની વૃદ્ધિ થાય છે, માટે પોતાનાં સાસુસસરો કે ઘરમાં કોઈ વૃદ્ધ હોય તેમની નિત્ય ઘટતી સેવા કરવી. સાસુ આદિ વૃદ્ધ સ્ત્રીવર્ગની અગત્ય પડે અંગસેવા વહુઓએ કરવી, ને સસરા આદિ વૃદ્ધ પુરુષવર્ગની અશક્ત સ્થિતિમાં અંગસેવા પોતાના સ્વામી, જેઠ કે દિયર આદિ પાસે કરાવવી, તથા તે સમયે તેમને જોઈતાં બાહ્ય સાધનો પાસે રહીને પૂરાં પાડવાં. વૃદ્ધ પુરુષવર્ગની સેવા બેભાન સ્થિતિમાં અન્ય પુરુષોને અભાવે જાતે પણ કરવી. પગની ઘુંટી ઢંકાય ત્યાંસુધી વસ્ત્ર પહેરવું. એથી ઉંચું નહિ. કાપડું કે ચોળી પહેર્યા-વિના ફરવું નહિ. કામવિના જ્યાં ત્યાં ફરવાની ટેવ રાખવી નહિ. અવશ્યના કામે બહાર જવું પડે તો કોઇ વૃદ્ધ તથા પવિત્ર સ્ત્રીઓની સાથે જવું અને ત્યાં પ્રયોજનજેટલુંજ ટકવું. માર્ગમાં ડાબો ખભો ઉઘાડો રાખી ચાલવું નહિ. બહુ ઉતાવળાં કે છેલ સ્ત્રીઓની પેઠે ચટકમટક ચાલવું નહિ. માર્ગમાં કોઇ શ્વશુરપક્ષના માનમહત્તાવાળા પુરુષો સામા મળતાં તેમની મર્યાદા લોપી સામાં થઇને ચાલવું નહિ, પણ એક પડખે મુંહ ફેરવીને ઉભાં રહેવું. માર્ગે ચાલતાં સામા મળતા જે તે પુરુષોની સામું કે આડુંઅવળું ન જોતાં પોતાને ઠેશ ન વાગે, કાદવકાંટાવાળા કે અપવિત્ર સ્થળમાં પગ ન પડે, અથવા કોઇ જીવજંતુઉપર પોતાનો પગ ન આવે એમ નીચી દૃષ્ટિએ માર્ગસામું જોઇને ચાલવું. માર્ગમાં ઉભા રહીને પોતાના સંબંધિવર્ગના પુરુષસાથે પણ વાત કરવી નહિ.

પોતાની છાતી, નાભીનો ભાગ અને ગુહ્ય અવયવો વૃદ્ધ વૈદ્યને પણ બતાવવાં નહિ. દાંત બહાર દેખાય તેમ છૂટે મોઢે હસવું નહિ. પોતાના પતિવિના બીજા કોઇ પુરુષસાથે એકદષ્ટિ કરીને ( નજર મેળવીને ) વાત કરવી કે બોલવું નહિ. પતિવ્રતાઓ પરપુરુષને શબ, (મડદું,) સર્પ કે વ્યાઘ્રજેવો માની તેથી બહુ દૂર રહે છે, તથા તેનું મુખ ભાદરવાની અજવાળી ચોથના ચંદ્રજેવું દૂષિત–ન જોવાયોગ્ય–જાણી દૂરથી અનાયાસે પણ તે ન દેખાય એટલામાટે મુખના આડું વસ્ત્ર રાખે છે, તેથી ગુજરાતકાઠિયાવાડની સ્ત્રીઓનો લાજ કાઢવાનો ચાલ નિંદવાયોગ્ય નહિ, પણ વખાણવાયોગ્ય છે; માટે જે દેશ કે જ્ઞાતિની સ્ત્રીઓમાં લાજ કાઢવાનો સંપ્રદાય ન હોય ત્યાં તેનું જો બની શકે તો અવશ્ય અનુકરણ થવું જોઇએ એમ જણાય છે. લાજ ન કાઢવાથી કામી પુરુષો ક્રમે દષ્ટિ એક કરવાનો, છૂટથી બોલવાનો, અને એકાંતે મળવાનો ઉપાય રચી સ્ત્રીઓના શીલનો ભંગ કરવાનો ઉપાય સાધી શકે છે, માટે પોતાની યુવાવસ્થાનાં ત્રીશ વર્ષ વિત્યાસુધી પોતાનું શ્રેય ઇચ્છનારી ઉત્તમ કુલની સ્ત્રીઓએ લાજમલાજાના ચાલનો ન્યૂનમાત્ર પણ પરિત્યાગ કરવો નહિ. સૂક્ષ્મદષ્ટિથી જોતાં એ લાજમલાજાનો વૃદ્ધસંપ્રદાય ઘણા સદ્વિચારથી પ્રવર્તેલો છે. પોતાના પતિવિના અન્ય પુરુષનું મુખ ન જોવું એ હેતુને લીધેજ રાજકુટુંબની સ્ત્રીઓમાં અંતઃપુરમાં રહેવાનો અથવા પટાંતરે (ઓઝલમાં) રહેવાનો સંપ્રદાય પ્રવર્તેલો છે કે જે બહુ મહત્ત્વવાળો હોવાથી પાલન કરવાયોગ્ય જણાય છે. જે અંતઃપુરમાં રહેનારી–જનાનામાંની–સ્ત્રીઓ આ નિયમનું પાલન કરીને પરપુરુષોનું મુખ જોતી નથી તેમની દષ્ટિની ચંચલતા ન વધવાથી તેમના નેત્રના દિવ્ય બળની વૃદ્ધિ થાયછે, ને તેથી તેમનું મનોબળ પણ બહુ વધે છે, અને એવા મનોબળવાળી સ્ત્રીઓજ પ્રજાના સમસ્ત સુખના આધારરૂપ શૂર કુમારોને જન્મ આપી વીરમાતાઓની ગણનામાં ગણાય

છે. સુલક્ષણી સ્ત્રીઓએ પતિનાં સંબંધીઓને તુંકારે કે તોછડી વાણીમાં ન બોલાવતાં તેમનું માન જળવાય એવા સુશોભિત શબ્દોથી બોલાવવાં. વિનાપ્રયોજને બહુ બોલવાની ટેવ વહુઓએ રાખવી નહિ, પણ પ્રયોજન-પૂરતું મીઠી વાણીથી બોલવું. ઘરમાં સાસુ કે સ્વામી જે શીખામણની અથવા કોઇ હાનિલાભની ગુપ્ત વાર્તા કહે તે અન્ય મનુષ્યોની આગળ પ્રકાશ કરવી નહિ. સોનારૂપાનાં ઘરેણાં કે કોઇ મૂલ્યવાન્ પદાર્થો મૂકવાનાં સ્થળો મળી આવે છે, પણ અંતરની વાત કહેવાનાં સ્થળો જ્યાં ત્યાં મળતાં નથી, માટે સાંભળેલી વ્યવહારની કે પરમાર્થની ગુપ્ત વાર્તાઓ અંતરમાં રાખવાનું મનોબળ વધારવું જોઇએ. સ્વામીના સંબંધીઓની સાથે દ્વેષ કરવો નહિ, પણ તેમનો યોગ્ય સત્કાર કરવો. સાસુસસરામાં પોતાનાં માતાપિતાજેવો, મોટી નણંદમાં પોતાની બેનજેવો, જેઠજેઠાણીમાં પોતાનાં મોટાં ભાઇબેનજેવો કિંવા માતાપિતાજેવો, અને દિયરમાં તથા નાની નણંદમાં પોતાનાં પુત્રપુત્રીજેવો ભાવ રાખી તેમનાં યોગ્ય રીતે સેવા, સત્કાર અને પોષણ કરવાં, પણ તેમના ઉપર અદેખાઇ કરી તેમને દુભવવાં નહિ. સગાંસંબંધીના મરણપ્રસંગમાં રોવાકૂટવાથી વડાઇ માનવી નહિ. અનાર્ય લોકોના હોળી ખેલવાના કુચાલમાં કુલીન સ્ત્રીઓએ ભાગ લેવો નહિ, કારણકે તે કેવળ અધર્મરૂપ છે. વિવાહાદિ માંગલિક પ્રસંગમાં પોતાનું મુખ લજાવવા ફટાણાં ગાવાં તથા ગવરાવવાં નહિ. તે વેળા માત્ર શાસ્ત્રીય ગીતોજ ગાવાં, તથા આ નીચે દર્શાવેલા સૌભાગ્યવતી સ્ત્રીઓના વિશેષ ધર્મોને સારી રીતે સમજી પોતાના વર્તનમાં લાવવા.

## સૌભાગ્યવતી સ્ત્રીઓના વિશેષ ધર્મો

પવિત્ર સાધ્વી સ્ત્રીએ પોતાને સદ્ગતિ આપનારું પોતાનું પાતિ-

વ્રત છે એમ સમજીને નિરંતર તન મન અને ધનથી પતિસેવાપરાયણ રહેવું. પોતાનો પતિ ગુણવાન્ કે ગુણવગરનો હોય તથાપિ તેને ઈશ્વરરૂપજ માની, તેનાથી વિરુદ્ધ ક્યારે પણ વર્તવું નહિ. પ્રાણાંતે પણ પતિના આગળ કડવું, કઠોર કે અપ્રિય તથા જેથી તેમને રોષ ઉત્પન્ન થાય તથા તેઓના માનનો ભંગ થાય તેવું દુષ્ટ વચન ક્યારે પણ બોલવું નહિ. હસતે મુખે, મધુર વાણીથી, સરલતા અને શાંતિથી, તેઓ પ્રસન્નતામાંજ રહે એવી પ્રિય વાણીનો ઉચ્ચાર પતિપાસે કરવો. સ્વામીના જમ્યા-પછી જમવું, ને સ્વામીના સૂતાપછી સૂવું; પણ સવારે તેમના પહેલા ઊઠવું. પોતાનું શરીર અને પહેરવાનાં વસ્ત્રો મલિન રાખવાં નહિ. પોતાના સ્વામીના આયુષ્યની વૃદ્ધિમાટે સુજ્ઞ સ્ત્રીએ કપાળમાં કંકુનો ચાંલ્લો કરવો, આંખમાં કાજળ આંજવું, ચોળી વા કાપડું પહેરવું, પાન ખાવું, પોતાની કોટે મંગળસૂત્ર પહેરવું, નિત્ય માથામાં સુગંધી તેલ નાંખી વાળ ઓળી ગુંથી અંબોડો બાંધવો, હાથે કંકણ કડાં કે ચૂડીઓ વા બલોયાં પહેરી રાખવાં, અને કાને ઠોળિયાં કે કાપ આદિ પહેરવાં. એ સૌભાગ્યવતીઓના અલંકારો તેણે ક્યારે પણ શરીરથી દૂર કરવા નહિ. દ્વિજો જેમ ઉપવીત દૂર કરતા નથી તેવીજ રીતે સૌભાગ્યવતીએ ઉપર કહેલા સૌભાગ્ય અલંકારો દૂર કરવા નહિ. પોતાના સ્વામીના આયુષ્યની વૃદ્ધિમાટે તેમના નામનો ઉચ્ચાર કરવો નહિ. એટલાજ-માટે પ્રાચીન આર્ય સ્ત્રીઓએ કોઈ અગત્યના સ્થળે પતિના નામનો ઉચ્ચાર ન કરતાં પ્રેમાવેશમાં, દુઃખમાં, ભયમાં તથા ધીરજ ન રહેવા-ના સમયમાં પણ પ્રિય ! પ્રિયતમ ! વહાલા ! નાથ ! પ્રાણનાથ ! સ્વામિન્ ! શિરોમણિ ! જીવન ! હૃદય ! નયનતારક ! અને ઈશ્વર ! એ નામોથી સંબોધન કરી વ્યવહાર ચલાવેલો જોવામાં આવે છે. પોતાના-થી અધિક વય—ઉમ્મર—ના અન્ય પુરુષોને પિતાસમાન, સમાન વયનાને

ભાઇસમાન અને પોતાનાથી નાની વયના પુરુષોને પુત્રસમાન જાણવા. ક્યારે પણ નિર્લજ્જના જેવું આચરણ કરવું નહિ. એકલાં બહાર કે ગામપરગામ જવું નહિ. જ્યાં ઘણાં માણસોનો સમૂહ ભેગો થવાનો હોય એવા મેળામાં કે જ્યાં ખેલ થતા હોય ત્યાં સુલક્ષણા સાધ્વીએ જવું નહિ. શણગાર સજી પ્રયોજનવિના બહાર નીકળવું નહિ. પતિના વિયોગસમયે બ્રહ્મચર્ય પાળવું. સ્વામીની અનન્યભાવે સેવા કરનારી પતિવ્રતા સ્ત્રી સ્વર્ગમાં જાય છે. અનન્યભાવે પોતાના સ્વામીની સેવા કરનારી સ્ત્રી પોતાનો સ્વામી દેવપૂજા, યજ્ઞયાગ, પિતૃશ્રાદ્ધ અથવા જે જે સત્ક્રિયા કરે છે તેમાં તેના અર્ધા ફલની ભાગિયણ થાય છે માટે પોતાના કલ્યાણને અર્થે સૌભાગ્યવતીને બીજા જૂદા કોઇ પણ યજ્ઞ વ્રત કે ઉપવાસ આદિ કરવાની અગત્ય નથી. સ્વામિસેવારૂપ સત્કર્મથીજ તેને ઉચ્ચ લોકની ગતિ પ્રાપ્ત થાય છે, માટે સ્વામીની આજ્ઞાવિના તેણે કાંઇ પણ વ્રતોપવાસાદિ કરવાં નહિ. પ્રત્યેક સધવા સ્ત્રીએ પોતાના પતિની શ્રદ્ધાભક્તિથી સેવા કરવી.

## સર્વ સ્ત્રીઓને સામાન્ય ઉપદેશ

૧ ભાઇ કે બાપ આદિ કોઈ પરપુરુષની કોટે વળગી મળવું નહિ, ૨ પરપુરુષને જાતે સ્નાન ન કરાવવું, ૩ પરપુરુષને તેલ આદિ ચોળવું નહિ, ૪ પરપુરુષસાથે ગંજીફા આદિની રમત ન રમવી, ૫ પરપુરુષના વસ્ત્રનો છેડો પકડી વાત ન કરવી, ૬ પરપુરુષસાથે હસીને તાળી ન લેવી, ૭ પરપુરુષની ચોટલી ન ઓળવી, ૮ પરપુરુષનું શરીર ન ચાંપવું, ૯ પરપુરુષના હાથની પાનની બીડી ન લેવી, ૧૦ પરપુરુષસાથે એક શય્યાએ બેસવું નહિ, ૧૧ માર્ગે કે શેરીએ પુરુષના સમૂહમાં ન ચાલવું, ૧૨ આપત્કાળવિના ઘોડાપર બેસવું નહિ, ૧૩ જેઠ સસરો સાસુ કે સાસરાના પક્ષનું બીજું કોઈ મોટું હોય તેમની સાથે ઉપહાસ ન કરવો, ૧૪

પરપુરુષસાથે એકાંતમાં રહેવું નહિ, ૧૫ પરપુરુષભણી રાગવાળી દૃષ્ટિ કરવી નહિં, ૧૬ પરપુરુષસાથે સંકેતવાળી ભાષા બોલવી નહિ, ૧૭ દુરાચારી પુરુષોસાથે ભાષણ ન કરવું, ૧૮ કોઇ પુરુષ દેખે એમ મળમૂત્રનો ત્યાગ કરવા ન બેસવું, ૧૯ જ્યાં પુરુષો સૂતા હોય ત્યાં અમર્યાદપણે ફરવું નહિ, ૨૦ પુરુષોના દેખતાં આળસ મરડવું નહિ, તેમ ઢાંકવાયોગ્ય અવયવોને ઉઘાડા ન થવા દેવા, ૨૧ મીઠા પદાર્થો ખાવાઉપર બહુ રુચિ રાખવી નહિ, ને ભોજન પરિમિત કરવું, ૨૨ મોટે સ્વરે બોલવું નહિ, તથા હસવું નહિ, ૨૩ અજાણે ઘેર એકલાં જવું નહિ, ૨૪ પિયરમાં બહુ રહેવું નહિ, ૨૫ ઘરની ગુપ્ત રાખવાયોગ્ય વાત કોઇની આગળ કરવી નહિ, ૨૬ સાસરાનું દ્રવ્ય કપટથી પિયરવાળાને આપવું નહિ, ૨૭ ધીરા તથા નીચા સ્વરથી અગત્યનું બોલવું, ૨૮ યોગ્ય અલંકાર પહેરેલા રાખવા, ૨૯ પતિનું અપમાન થાય ત્યાં ન જવું, ૩૦ ઘરનાં કામકાજમાં કુશળતા રાખવી, ૩૧ ધણીપ્રતિ પ્રેમ તથા માનથી વર્તવું, ને તેમનાં સગાંને માન આપવું, અને ૩૨ નિત્ય પ્રભુની શુદ્ધ ભાવથી ભક્તિ કરવી.

## સુજ્ઞ સાસુઓના ધર્મ

દીકરાની વહુ ઘેર આવ્યાપછી સાસુસસરાએ એવી સાવચેતીથી વર્તવું કે તે વહુ પોતાના વર્તનમાં કોઈ જાતના દોષો જોઈ શકે નહિ. જેમ નાનું બાળક પોતાનાં માતાપિતાના ગુણદોષ, આચારવિચાર અને સઘળી શારીરિક વર્તનની રીતભાતનું અનુકરણ કરતાં શીખે છે તેમ વહુઓ પણ સાસરે આવી સસરાના ઘરના આચાર, વિચાર, ધાર્મિક રહેણીકરણી અને સાંસારિક રીતભાત જોઇ તેનું અનુકરણ કરીનેજ વર્તતાં શીખે છે, માટે વહુઓને જો ધર્મ, નીતિ, સદાચાર, સદ્વિચાર, વિવેક, વિનય, સત્ય, ઉદારતા, ક્ષમા, શાંતિ, ધીરજ, સહનશીળતા, ગુણ, ચાતુર્ય, વ્યવહારકૌશલ્ય અને સઘળી ગૃહવ્યવસ્થા આદિ

ગુણોનું શિક્ષણ આપવું હોય તો પ્રથમ તે ગુણો તેમને સાસુસસરાએ પોતાના વર્તનમાંજ દેખાડી આપવા. ચાલે ત્યાંસુધી રજોદર્શન થયા-વિના વહુને સંસારવ્યવહારમાં જોડવી નહિ. જેણે પરઘર ક્યારે પણ જોયું નથી, પરાયા મનુષ્યોમાં વસી પરાધીનતાના દુઃખોનો એક દિવસ પણ અનુભવ કર્યો નથી, ને માત્ર માતાપિતાના અનવધિ પ્રેમવાત્સલ્ય-પૂર્વક બાલ્યાવસ્થાનું સુખ ભોગવતાં પિતૃવર્ગના મનુષ્યોનોજ જેને વિશેષ પરિચય થયેલો છે એવી નવોઢાને પરિચિત મનુષ્યોનો વિયોગ થવાથી સાસરે પ્રથમ અણગમો થાય એ સ્વાભાવિક છે, માટે તેને પોતાના ઘરની માયા થાય, પોતાના મનુષ્યોની સાથે સ્નેહ બંધાય, ને તે આજ હવે મારું નિત્ય રહેવાનું ઘર છે એમ સારી રીતે સમજે ત્યાંસુધી તેના અણગમાના દિવસો આનંદમાં વ્યતીત થાય તે માટે સુજ્ઞ સાસુએ ઘટતી યોજના કરવી જોઇએ.

કેટલીક સાસુઓ દીકરાની વહુ પરણીને ઘેર આવી કે તુરતજ તેના ઉપર પોતાનો દાબ બેસારવા કે વશમાં રાખવા તેને તુંકારેથી કિંવા તોછડા શબ્દોથી બોલાવી, અયોગ્ય ધમકી આપી, તેના પ્રત્યેક કામમાં દોષ કાઢી વારે ઘડીએ લઢ્યા કરે છે. અંતે તેનો પરિણામ સાસુના ધારવાથી વિરુદ્ધ આવી સાસુ પોતેજ પોતાનો ભારબોજ ખોઇ હલકી પડે છે માટે વહુને દુઃખ લાગે એવા શબ્દોમાં બોલાવવાની ખોટી ટેવ ન રાખતાં, તેને સંમાનપૂર્વક બોલાવવી, અને ઘરનાં નાનાં-મોટાં માણસ પણ વિવેકપૂર્વક યોગ્યરીતેજ તેને બોલાવે એવી યોજના સાસુએ કરવી જોઇએ. વહુના ઉપર નિરર્થક નિગ્રહ રાખવા ન જતાં, માત્ર જ્યારે તેનાથી કાંઇ વિરુદ્ધ વર્તન થતું જોવામાં આવે ત્યારેજ તેને ક્રોધના આવેશમાં ન જતાં શાંતિથી યુક્તિપૂર્વક બોધરૂપે ઘટતા એ શબ્દો સાસુએ કહેવા જોઇએ, પણ જેનાથી કાંઇ વિરુદ્ધાચરણ

થતું નથી, સંસારની રીતભાત અને ધર્મનીતિમાં પોતે કુશળ છે, શ્વશુરપક્ષના મનુષ્યોનું સંમાન સારી રીતે જાળવી શકે છે, વિનય-વિવેકબ્હાર જે પગલું ભરતી નથી, અને ઘરનું કામકાજ પોતાની શક્તિઅનુસાર કરે છે એવી શાણી તથા વિદ્વાન્ વહુઓના ઉપર એવો અયોગ્ય નિગ્રહ ઉપયોગી નથી. વહુ બાળક હોય, કામકાજમાં અજાણી કે અણશીખાઉ હોય તો તેને તેમાટે વારંવાર વઢવું નહિ, પણ ન આવડતું કામ સાસુએ સારી રીતે પાસે બેસી ધીરે રહીને શીખવાડવું જોઇએ. તેની અવસ્થા કે શરીરશક્તિના પ્રમાણથી અધિક કામ તેને બતાવવું નહિ, કારણકે તે લઢવાના ભયથી કાંતો લાજની મારી કરવા જાય તો જાતે દુઃખી થાય, કાં તે કામ બગડે. વહુ જે કામ-કાજ કરે તેમાં કદાપિ કોઇ કામ બગડે કે કોઇ વસ્તુની હાનિ થાય તો તેમ થવાનું કારણ પોતાની બુદ્ધિથી શોધી કાઢી તેને શાંતિથી સમજ પાડી બોધરૂપે કહેવું, પણ લઢવાના રૂપમાં કહેવું નહિ, અને હાનિનો પોતે પરિતાપ કરવો નહિ, ને વહુને પણ કરાવવો નહિ. કામ-કાજમાં પણ તેની અવસ્થા, શરીર અને બુદ્ધિની શક્તિના પ્રમાણમાં તેને જોડવી, પણ નિર્દય થઈ તેને દુઃખી કરવાનો ઉપાય સાસુએ કરવો નહિ. બતાવ્યાવિના પોતાના ઉત્સાહથી અથવા અણસમજથી પોતાની શક્તિથી અધિક કાંઈ બળનું કામ કર્યું હોય તો તેને જે શ્રમ થયેલો હોય, કે દુઃખી થઈ હોય તેની સંભાળ સાસુએ લેવી. પોતાના ઘરમાં બીજા પુત્રની વહુઓ હોય કે પુત્રીઓ હોય તો સાસુએ ઘરકામની વ્યવસ્થા કરી સૌની શક્તિ વિચારી તે કામો વહેંચી આપવાં, પણ તેમાં ભિન્નભાવ રાખી કોઇને અધિક ને કોઇને ઓછું કે કોઇ એકલુંજ દુઃખી થાય તેમ કરવું નહિ, તેમજ તે વ્યવસ્થામાં યોગ્યતા-પ્રમાણે પોતે પણ ભાગ લેવો. સાસુએ વહુને નિગ્રહમાં રાખતાં, કામકાજ બતાવતાં, પોતાની પૂર્વાવસ્થા સંભારવી જોઇએ, કે હું પણ એવીજ

હતી, ને હવે મહાવરાથી સર્વ કામમાં પ્રવીણ થઇ છું માટે તે પણ દિવસે દિવસે મોટી થતાં સર્વ કાર્યમાં એની મેળે પ્રવીણ થશે. વહુ ઘરના સર્વ કામમાં કુશળ હેાય, ને તે રસેાઇ આદિનું કામ બુદ્ધિપૂર્વક કરતી હેાય તેા તેના ઉપર બેસી ચીકણેા સ્વભાવ રાખી તેને જેતે ભૂલ કાઢીને વારંવાર ટેાકવી નહિ, કારણકે એમ કરવાથી તેના ઉત્સાહનેા ભંગ થાય છે, તથા તેનું મન દુઃખાવાથી તે વ્યગ્ર થઈ જાય છે, ને તેથી તે કામમાં કુશળ છતાં તેનાથી કામ બગડે છે. વહુના શરીરનું આરેાગ્ય નિત્ય સાસુએ જાળવવું, ને તેને કાંઇ પણ તાવ ઉધરસ કે શ્લેષ્મ આદિ વ્યાધિ થઇ આવે તેા સાસુએ ઘરના પુરુષેાદ્વારા ઔષધેાપચારની જોગવાઈ કરી આપવી. ઘણે ઠેકાણે અબળાઓના શરીરમાં મોટા મોટા રેાગેાએ ઘર કરેલાં જોવામાં આવે છે, ને તે લાજનાં માર્યાં કહી શકતાં નથી, તેમજ અજ્ઞાન સાસુ કે ઘરનાં વડીલેા તેની સંભાળ લેતાં નથી, જેથી તેઓ છેવટે ભયંકર સ્થિતિએ પહેાંચી જાય છે, માટે ઘરનાં પ્રમુખ માણસે ઘરમાં સર્વ નીરેાગ છે કે કેમ તેની નિત્ય સંભાળ લેવી. દીકરાની વહુ વયે નાની હેાય, અભણ હેાય, વિદ્યાકળા, ગુણ, ચતુરાઇ તથા બેાલવાચાલવાના વિવેકવિનયથી અજ્ઞાત હેાય, સ્ત્રીઓનાં અવશ્ય ઉપયેાગી કામેામાં પણ અણશીખાઉ હેાય, તથા કદ્રૂપી, રેાગી, આળસુ કે જડ હેાય, નિર્ધનની દીકરી હેાય, કે નીચા કુળમાંથી આવેલી હેાય, તેા તેના દેાષેા તેને વારંવાર સંભળાવી તેનું મન દુઃખાય તેમ મહેણાં દઈ વઢવું નહિ, પણ તેનામાં જે સુધરી શકે તેવા દેાષેા હેાય તે તેને સમજાવી ઉત્તમ પ્રકારનું શિક્ષણ આપી સુધારવા, તથા તેનામાં જે જે ગુણેાની ન્યૂનતા જણાતી હેાય તે તે ગુણેા પણ સુજ્ઞ સાસુએ ધીરે ધીરે તેને શીખવાડવા. સાસુનું શાણપણ, પ્રૌઢ બુદ્ધિ, વ્યવહારકુશળતા

તથા વિદ્યાકળાના જ્ઞાનની ખરી પરીક્ષા ને ખરી કસોટી ત્યારેજ થાય છે કે જ્યારે પોતાને ઘેર આવેલી અજ્ઞ તથા જડજેવી વહુઓ પણ સારાં આચરણોવાળી થઈ સર્વ વ્યવહારમાં ચતુર નીવડે. જેવો હર્ષ દીકરાને પરણાવી વહુને ઘેર લાવવામાટે પ્રથમ હોય છે તેવો હર્ષ તે વહુના આવ્યાપછી નિરંતર એકસરખો રહેતો નથી માટે તેમ ન રાખતાં સાસુએ વહુના ઉપર નિત્ય સરખોજ પ્રેમ રાખવો. પોતાની જ્ઞાતિમાં પોતાને કુલીનતા પ્રાપ્ત હોય, દીકરાને બીજી વાર પરણાવવા પાસે પુષ્કળ ધન હોય, કન્યાઓની બહુ છત હોય, તેમજ પોતાના પુત્રને બીજી વહુ સહજ મળે તેમ હોય, તોપણ પરણીને આવેલી વહુને સોંધી (લોંડી, ગુલામડી, ઉંદરડી કે ઢેખાળાસમાન) ગણી તેને દુઃખ દેવું નહિ, પણ તેને પોતાનાં પુત્રપુત્રીસમાનજ ગણવી. જે સાસુઓ વહુઓને પોતાની પ્રજાકરતાં હલકી ગણી દુઃખ દે છે તેઓ ઈશ્વરની મોટી અપરાધી ગણાય છે. ધર્મશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે જેના ઘરમાં ખાવાપીવાના તથા પહેરવાઓઢવાના પદાર્થોથી વહુઓનો સારો સત્કાર થાય છે તેના ઉપર બ્રહ્માદિ દેવો, અર્યમાદિ પિતરો અને સનકાદિ મનુષ્યો (ઋષિઓ) પ્રસન્ન થાય છે. સ્ત્રીઓ ભરણપોષણથી સંતુષ્ટ થયેલી હોય તો તે સર્વ-સુખના ભંડારરૂપ છે, ને જો કોપ પામેલી હોય તો તે ક્રુદ્ધ થયેલી ભયંકર દેવીઓ છે. સંમાન પામેલી સ્ત્રીઓ કુળની વૃદ્ધિ કરે છે, ને અપમાન પામેલી સ્ત્રીઓ કુળનો ક્ષય કરે છે, માટે શ્વશુરપક્ષના કોઈ પણ મનુષ્યે સ્ત્રીવર્ગનું અપમાન કરવું નહિ. જે ઘરમાં સ્ત્રીઓ દુઃખી થાય છે તે કુળ સત્વર નાશ પામે છે, તથા જે ઘરમાં સ્ત્રીઓ સુખી થાય છે તેનું કુળ વૃદ્ધિ પામે છે, માટે સમજણી સાસુએ પોતાના ઘરની સંપત્તિઅનુસાર ભોજનવડે અને વસ્ત્રાલંકારવડે વહુઓનું સંમાન કરી નિરંતર તેમને પ્રસન્ન રાખવી. પોતાના પુત્રોને વહુઓ સુખી થવાથીજ આયુષ્ય, ધન, કીર્તિ, સુખ અને પુત્રાદિ સંતતિ પ્રાપ્ત થાય છે

એ સાસુએ ક્યારે પણ ભૂલવું નહિ. જેના ઘરમાં નિત્ય સાસુવહુનો કજીઓકંકાસ થાય છે તેના ઘરમાં અલક્ષ્મી, (દારિદ્રય,) દુઃખ, કુળની અવનતિ (પડતી) અને સઘળાં અમંગળ આવી પ્રાપ્ત થાય છે. કલિયુગનો વાસ પણ ક્લેશકંકાસમાંજ છે માટે જ્યાં તે થાય છે ત્યાં કલિ પોતાનો નિવાસ કરી અધર્મઅનીતિનાં દ્વાર ઉઘાડી ઘરનાં માણસોને થોડા દિવસમાં યમપુરીનું દર્શન કરાવે છે માટે સાસુએ ક્લેશકંકાસથી બહુ દૂર રહેવું. સાસુ ગમે તેવા શુદ્ધ આચાર પાળે, હરિભક્તિ કરે, કે કથાકીર્તન સાંભળે, પણ જો તે ઘરમાં ક્લેશ કરી વહુને સંતાપે તો તેનું તે સર્વ વૃથા થાય છે. વળી સાસુએ સમજવું જોઇએ કે મારા પુત્રના સઘળા સુખનો આધાર એ વહુ છે, તથા મારા હવે પછીના વંશની ઉન્નતિનો આધાર એ વહુઉપર છે, ને એ વહુથીજ મને પુત્રની પ્રજાનું દર્શન થશે માટે વહુની પ્રસન્નતા નિત્ય જાળવવી જોઇએ. વહુ અને દીકરો એકાંતમાં વાર્તાવિનોદ કરતાં હોય, કે હસતાંબોલતાં હોય તો તેમની છાની ચેષ્ટા જોવાની ટેવ સાસુએ રાખવી નહિ. વહુના દોષો દીકરાની પાસે કહી બતાવી તે ધણીધણીઆણીમાં પરસ્પરને કલહ થાય તેવો ઉપાય સાસુએ કરવો નહિ, તથા બીજી કોઇ રીતે વહુ પોતાને ન ગમતી હોવાથી વહુ અને દીકરાવચ્ચે અણબનાવ થાય એવો યત્ન સાસુએ ન કરવો, તથા કોઇ રીતે ધણીધણીઆણીનો વિયોગ થાય તો ઠીક એવું અશુભ ચિંતન કરવું એ પણ સાસુને યોગ્ય નથી. દીકરાને બીજી સ્ત્રી સુલભતાથી મળે તેમ હોય તોપણ અગત્યના કારણવિના વૈરભાવથી બીજી સ્ત્રી લાવવા સાસુએ પ્રયત્ન કરવો નહિ, કારણકે એમાં પુત્રનું ઇષ્ટ નહિ, પણ માતાના પોતાના હાથથીજ તેનું અનિષ્ટ કરાય છે. જેવી રીતે ઉંદરને દરમાં પેસતાં સર્પનું અને બહાર નીકળતાં બિલાડીનું દર્શન થતાં જેવી દશા તે ઉંદરની થાય છે તેવી દશા બે સ્ત્રીઓવાળા પુરુષની થાય છે.

એવું નીતિશાસ્ત્રનું વચન છે તે સાસુએ વિસારવું નહિ. વહુના સાંભળતાં પોતાના દીકરાને કદીપણુ તોછડા શબ્દથી બોલાવવો નહિ, અયોગ્ય ઠપકો દેવો નહિ, અને લઢવું પણ નહિ. વહુના સાંભળતાં તેના બાપને, માને, ભાઇને કે બેનાઈ આદિ તેનાં પિયરીઆંને તોછડા શબ્દો કહી, ગાળો ભાંડી, તે વહુના મનની લાગણી દુઃખાવવી એ શાણી સાસુને ઘટિત નથી. સાસુએ વહુને મૂકી ક્યારે પણ એકલાં ખાવાની ટેવ રાખવી નહિ. ખાવાપીવામાં તેની સારી રીતે સંભાળ રાખવી, કારણકે લાજને લીધે કદાચ તે ભૂખી રહે. કોઇ ફલફૂલાદિ કે મીઠાઇમેવાના નવાઇજેવા પદાર્થો ઘરમાં આવતાં ભાગે પડતા વહુને પણ સાસુએ આપવા જોઇએ. 'નિરંતર સમયની એકસરખી સ્થિતિ ન રહેવાના ઐશ્વરી નિયમને લીધે સાસુએ પૂર્વાવસ્થામાં ઘરની સારી સ્થિતિ ને વિશેષ વૈભવનું સુખ ભોગવ્યું હોય, અને કદાપિ વહુના સમયમાં સ્થિતિએ રૂપ બદલ્યું હોવાથી સાધારણુરીતે નિર્વાહ કરવાનો હોય, તેથી સાસુએ દીઠેલાં સુખમાં ન્યૂનતા થયેલી હોય ત્યારે કેટલીક મૂર્ખ સાસુઓ પોતાની પૂર્વાવસ્થાનું સુખ સંભારી વહુને સંતાપવા કહે છે કે 'તું નઠારાં પગલાંની', 'તું હુંકા ભાગ્યની', 'તારા આવવાથી અમારી આવી દશા થઇ', એવાં દુષ્ટ વાક્યો કહી વિનાકારણે વહુંસાથે ક્લેશ કરે છે, પણ તે સમજતી નથી કે આમાં તે વહુનો એકલીનો નહિ, પણ ઘરનાં સઘળાં માણસોના પ્રારબ્ધ-કર્મનોજ દોષ છે. આવું નિષિદ્ધ વર્તન સારી સાસુએ કરવું નહિ. સાસુની પૂર્વાવસ્થા સામાન્ય સ્થિતિમાં વીતવાથી સાસુએ જો ઓછા વૈભવનું સુખ જોયું હોય, ને વહુના સમયમાં સારી સ્થિતિ પ્રાપ્ત થયેલી હોવાથી વહુ કદાપિ ખાવાપીવામાં, ઓઢવાંપહેરવામાં કે બીજાં સાંસારિક સુખો ભોગવવામાં સ્થિતિઅનુસાર વર્તતી હોય તો તે જોઈ કેટલીક

અદેખા સ્વભાવની સાસુઓ પોતે નહિ ભોગવેલાં સુખ વહુને ભોગવતી જોઈને અંતરમાં બળ્યા કરે છે, અને કોઈ કોઈ વાર થતા અંતઃપરિતાપને લીધે વહુસાથે એવી વાંકી વાણીમાં બોલે છે કે તેના અદેખા સ્વભાવની ને અજ્ઞાનની દીકરો, વહુ અને બીજા લોકો પણ પરીક્ષા કરે છે; માટે પુત્રનું તથા પુત્રની વહૂનું સુખ જોઈ પ્રસન્ન થવું એ વૃદ્ધોનો ધર્મ છે એમ સમજી એવા અઘટિત તથા હળવાં પડવાના કામથી પણ સમજણી સાસુએ દૂર રહેવું. સાસુએ વહુને પોતાના કુલાચારની, નાતજાતની તથા બીજી કેટલીક વ્યવહારના સંબંધની રીતભાતમાં પ્રવીણ કરવી. વહુ વિદ્વાન્ હોય, ને કદાપિ તે કોઈ સતશાસ્ત્ર વાંચવામાં સમય ગાળે તો તેને તે સમયમાં વિક્ષેપ ન કરતાં જોઈતો સમય આપવો. પોતાનું જ્ઞાન વહુકરતાં સારું હોય, તો તેને શાસ્ત્રવાર્તાનું રહસ્ય સમજાવવું, તથા આ નિત્યકર્મ સાસુએ બરાબર વાંચી, સમજી, વહુ વાંચી સમજી શકે તેમ ન હોય તો તેને સમજ પાડી શીખવાડવું, ને નિત્ય તેની પાસે સૂર્યોપાસનાદિ કરાવવું.

## રજસ્વલા સ્ત્રીઓને પાળવાના નિયમો

સ્ત્રીઓને બહુધા બારમા વર્ષથી પચાસમા વર્ષસુધી પ્રત્યેક માસે ઋતુ (રજસ્વલાપણું) પ્રાપ્ત થાય છે. સ્ત્રી રજોદર્શનના ત્રણ દિવસોમાં અપવિત્ર ગણાય છે, ચોથે દિવસે નાહ્યાયાપછી ઘરમાં સ્પર્શ કરવાયોગ્ય શુદ્ધ થાય છે. તથા પાંચમે દિવસે સ્નાન કર્યાપછી દેવપૂજનાદિ પુણ્યકર્મ કરવાને યોગ્ય થાય છે.

રજસ્વલા સ્ત્રીએ બની શકે તો પહેલા ત્રણ દિવસસુધી કોઈને પોતાનું મુખ બતાવવું નહિ, કે વચન પણ સંભળાવવું નહિ. શરીરે તેલ ચોળવું નહિ, ફૂલ કે અલંકારો ધારણ કરવાં નહિ, આંખો આંજવી નહિ,

શરીરે ચંદનલેપન કરવું નહિ, કેશ ઓળવા નહિ; કાજળ કરવું નહિ, અને સ્નાન પણ કરવું નહિ. રોવું કે આંસુ પાડવાં નહિ, થાક લાગે એવું કામ કરવું નહિ, જમીન ખોદવી નહિ, નખ કાપવા નહિ, ને દોડવું કે હસવું નહિ. દૂધ, ખાટા પદાર્થો કે વાયુ વધારનારા પદાર્થો ખાવા નહિ. ચોથે દિવસે નાહી પોતાના દેહની શુદ્ધિને માટે પંચગવ્ય (ગાયનું છાણ, મૂત્ર, દૂધ, દહીં અને ઘી) એકઠું કરીને પીવું. નાહાયા-પછી પહેલું પોતાના સ્વામીવિના બીજા કોઇનું મુખ જોવું નહિ.

## ગર્ભિણી સ્ત્રીના નિયમો

ગર્ભિણી સ્ત્રીએ સદા આનંદમાં રહેવું. બની શકે તો નિત્ય નવનવાં વસ્ત્રો તથા અલંકાર ધારણ કરવાં. પવિત્ર રહેવું. હલકા, નરમ, ઘીવાળા ને જઠરાગ્નિને પ્રદીપ્ત કરે તથા વહેલા પાચન થાય એવા પદાર્થોનો આહાર કરવો. અતિશય ખાટા, તીખા, ખારા, ઊના, વાસી, સૂકા, લૂખા, કઠોર અને કાચા એવા તથા પાચન થતાં પીડા કરે એવા પદાર્થો ખાવા નહિ. બહુ જમવું નહિ, તેમ ભૂખ્યાં પણ રહેવું નહિ. ઘણો શ્રમ થાય એવાં કામ કરવાં નહિ. પતિશય્યામાં સૂવું કે જાગરણ કરવાં નહિ. શોક કરવો નહિ. વાહનઉપર બેસવું નહિ. ભયંકર સ્થાને જવું નહિ, ને ભયંકર પદાર્થો જોવા નહિ. પોતાના ગર્ભનું સંરક્ષણ થવાસારુ નિત્ય પ્રાતઃકાલે અને સાયંકાલે શ્રીસદાશિવની સ્તુતિ કરવી.

## વિધવાસ્ત્રીઓના ધર્મ

વિધવાસ્ત્રીએ ચોટલો રાખવો નહિ. પાન ખાવું નહિ. ચંદન કે ફૂલ ધારણ કરવાં નહિ. સોનારૂપાનાં ઘરેણાં પહેરવાં નહિ. રંગિત વસ્ત્ર પહેરવાં નહિ. કાંસાના વાસણમાં જમવું નહિ. બે વખત ભોજન

કરવું નહિ. આંખો આંજવી નહિ. પલંગપર સૂવું નહિ. ભૂમિપર ગોદડું ગોદડું કે ચટાઈ પાથરી તેપર સૂઈ રહેવું, ને શરીરે તેલ ચોળવું નહિ. નિત્ય નાહીને ધોળાં વસ્ત્ર પહેરવાં, ક્રોધને જિતવો, અને ઇન્દ્રિયોને વશ રાખવી. કૃચ્છ્રચાંદ્રાયણ આદિ વ્રતો કરવાં. વૃદ્ધ સ્ત્રીઓના સહવાસમાં રહેવું. શૃંગારરસનાં પુસ્તકો વાંચવાં નહિ, જેનાથી પોતાને સંસારપર અરુચિ થાય, ઉદાસી ઉપજે, તથા વૈરાગ્ય થાય એવા બોધમય ગ્રંથો વાંચવાસાંભળવા, અને અખંડ બ્રહ્મચર્ય પાળી ઇશ્વરભજનમાંજ દિવસો નિર્ગમન કરવા.

સમાપ્ત

# અથ શ્રીદક્ષિણામૂર્તિસ્તોત્રમ્

વિશ્વં દર્પણદૃશ્યમાનનગરીતુલ્યં નિજાંતર્ગતં,
પશ્યન્નાત્મનિ માયયા બહિરિવોદ્ભૂતં યથા નિદ્રયા;
યઃ સાક્ષાત્કુરુતે પ્રબોધસમયે સ્વાત્માનમેવાદ્વયં,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૧
બીજસ્યાંતરિવાંકુરો જગદિદં પ્રાઙ્નિર્વિકલ્પં પુનર્,
માયાકલ્પિતદેશકાલકલનાવૈચિત્ર્યચિત્રીકૃતમ્;
માયાવીવ વિજૃંભયત્યપિ મહાયોગીવ યઃ સ્વેચ્છયા,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૨
યસ્યૈવ સ્ફુરણં સદાત્મકમસત્કલ્પાર્થગં ભાસતે,
સાક્ષાત્તત્ત્વમસીતિ વેદવચસા યો બોધયત્યાશ્રિતાન્;

યત્સાક્ષાત્કરણાદ્ભવેન્ન પુનરાવૃત્તિર્ભવાંભોનિધૌ,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૩
નાનાચ્છિદ્રઘટોદરસ્થિતમહાદીપપ્રભાભાસ્વરં,
જ્ઞાનં યસ્ય તુ ચક્ષુરાદિકરણદ્વારા બહિઃ સ્પંદતે;
જાનામીતિ તમેવ ભાંતમનુભાત્યેતત્સમસ્તં જગત્,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૪
દેહં પ્રાણમપીંદ્રિયાણ્યપિ ચલાં બુદ્ધિં ચ શૂન્યં વિદુઃ,
સ્ત્રીબાલાંધજડોપમાસ્ત્વહમિતિ ભ્રાંતા ભૃશં વાદિનઃ;
માયાશક્તિવિલાસકલ્પિતમહાવ્યામોહસંહારિણે,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૫
રાહુગ્રસ્તદિવાકરેંદુસદૃશો માયાસમાચ્છાદનાત્,
સન્માત્રઃ કરણોપસંહરણતો યોભૂત્સુષુપ્તઃ પુમાન્;
પ્રાગસ્વાપ્સમિતિ પ્રબોધસમયે યઃ પ્રત્યભિજ્ઞાયતે,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૬
બાલ્યાદિષ્વપિ જાગ્રદાદિષુ તથા સર્વાસ્વવસ્થાસ્વપિ,
વ્યાવૃત્તાસ્વનુવર્તમાનમહમિત્યંતઃસ્ફુરંતં સદા;
સ્વાત્માનં પ્રકટીકરોતિ ભજતાં યો ભદ્રયા મુદ્રયા,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૭
વિશ્વં પશ્યતિ કાર્યકારણતયા સ્વસ્વામિસંબંધતઃ,
શિષ્યાચાર્યતયા તથૈવ પિતૃપુત્રાદ્યાત્મના ભેદતઃ;
સ્વપ્ને જાગ્રતિ વા ય એષ પુરુષો માયાપરિભ્રામિતસ્,
તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૮
ભૂરંભાંસ્યનલોનિલોંબરમહર્નાથો હિમાંશુઃ પુમા-

નિત્યાભાતિ ચરાચરાત્મકમિદં યસ્યૈવ મૂર્ત્યષ્ટકમ્;
નાન્યત્ કિંચન વિદ્યતે વિમૃશતાં યસ્માત્પરસ્માદ્વિભો-
સ્તસ્મૈ શ્રીગુરુમૂર્તયે નમ ઇદં શ્રીદક્ષિણામૂર્તયે. ૯
સર્વાત્મત્વમિતિ સ્ફુટીકૃતમિદં યસ્માદમુષ્મિંસ્તવે,
તેનાસ્ય શ્રવણાત્તદર્થમનનાદ્ધ્યાનાચ્ચ સંકીર્તનાત્;
સર્વાત્મત્વમહાવિભૂતિસહિતં સ્યાદીશ્વરત્વં સ્વતઃ,
સિદ્ધ્યેત્તત્પુનરષ્ટધા પરિણતં ચૈશ્વર્યમવ્યાહતમ્. ૧૦

## ક્ષેપક શ્લોકો

વટવિટપિસમીપે ભૂમિભાગે નિષણ્ણં,
સકલમુનિજનાનાં જ્ઞાનદાતારમારાત્;
ત્રિભુવનગુરુમીશં દક્ષિણામૂર્તિદેવં,
જનનમરણદુઃખચ્છેદદક્ષં નમામિ. ૧૧
ચિત્રં વટતરોર્મૂલે, વૃદ્ધાઃ શિષ્યા ગુરુર્યુવા;
ગુરોસ્તુ મૌનં વ્યાખ્યાનં, શિષ્યાસ્તુ છિન્નસંશયાઃ ૧૨
ૐ નમઃ પ્રણવાર્થાય, શુદ્ધજ્ઞાનૈકમૂર્તયે;
નિર્મલાય પ્રશાંતાય, દક્ષિણામૂર્તયે નમઃ ૧૩
નિધયે સર્વવિદ્યાનાં, ભિષજે ભવરોગિણામ્;
ગુરવે સર્વલોકાનાં, દક્ષિણામૂર્તયે નમઃ ૧૪
મૌનવ્યાખ્યાપ્રકટિતપરબ્રહ્મતત્ત્વં યુવાનં,
વર્ષિષ્ઠાંતેવસદૃષિગણૈરાવૃતં બ્રહ્મનિષ્ઠૈઃ;
આચાર્યેન્દ્રં કરકલિતચિન્મુદ્રમાનંદરૂપં,
સ્વાત્મારામં મુદિતવદનં દક્ષિણામૂર્તિમીડે. ૧૫

ઇતિ શ્રીમત્પરમહંસપરિવ્રાજકાચાર્યશ્રીમચ્છંકરાચાર્યવિરચિતં
શ્રીદક્ષિણામૂર્તિસ્તોત્રમ્ ॥ ૐ ॥

# સન્નારીઓનું નિત્ય કર્તવ્ય

### રુચિરા છંદ*

સતીતણી ગતિ છે પતિપદસેવા, નિગમાગમ તો નિત્ય કહે,
શાણી કુલવતી પતિપ્રિય પ્રમદા, શાસ્ત્રવચન મન માની લહે;
પ્રભુતણું ઊઠી પ્રાતઃકાલે, સ્મરણ ધ્યાન પ્રીતે કરવું,
પતિપદ સ્પર્શી પછી નિજ તનના, શૌચકાજ તુરત જાવું. ૧
વદનશુદ્ધિ દાતણથી કરીને, ઉષ્ણ શુદ્ધ જલથી ન્હાવું,
ધૌત વસ્ત્ર ધારી નિજ અંગે, નિત્યકર્મ ભાવે કરવું;
સૂર્યઉપાસન કરી શુભ રીતે, વૃદ્ધચરણવિષે નમવું,
ઇષ્ટમંત્રનો જાપ કરીને, દેવપૂજન પ્રીતે કરવું. ૨
ગુરુપૂજન ભક્તિથી કરીને, નિત્યદાન દીનને દેવું,
પતિતણું પૂજન પ્રીતે કરીને, પછી યત્ને ભોજન કરવું;
ત્રીજા પહોરે તત્પર થઇને, પતિવ્રતધર્મનું મનન કરો,
હૃદયતણા સૌ દોષો પરખી, તે સૌ ત્યજવા યત્ન કરો. ૩
ઘરધંધામાં કુશલ રહીને, સંધ્યાસમયને સંભારો,
આવશ્યક સૌ કામ કરીને, ધર્મસેવામાં મન ધારો;
સુખમય જીવન થાય તમારું, ચતુરા ચિત્તે ચિંતવજો,
એ શિખામણ માની મારી, સુખી સર્વ બ્હેનો થાજો. ૪

પ્રો. મો. ભટ્ટ. [illegible]

---

*જો ગરબામાં ગાવું હોય તો "મારગડે મેલો મોહનજી," વા "[illegible] ભીતરે [illegible] મા [illegible] જાણી," એ ગુજરાતીના રાગે, અથવા "[illegible] મા [illegible] રહેનાજી," એ રાગે [illegible]

# બ્રહ્મનિષ્ઠ મહારાજ શ્રીનથુરામશર્મા-કૃત પુસ્તકો

ઉપનિષદો. રૂ. ૬-૪-૦ વેદાંતદર્શન. પાકા પુંઠાનું. રૂ. ૩-૮-૦ કાચા પુંઠાનું. રૂ. ૩-૦-૦ સાંખ્યપ્રવચન સંસ્કૃત તથા ગુજરાતી ટીકા સાથે. રૂ. ૧-૦-૦ યોગકૌસ્તુભ. રૂ. ૧-૮-૦ પાતંજલયોગદર્શન. રૂ. ૨-૧૦-૦ પરમપદબોધિની. રૂ. ૦-૧૪-૦ સંધ્યાનો વેદાંતાનુસાર વિચાર. રૂ. ૦-૧-૦ નાથસ્વરોદય. રૂ. ૦-૩-૦ ઊલટી વાણીનું સ્પષ્ટીકરણ. રૂ. ૦-૧-૬ મનુષ્યમિત્ર. રૂ. ૦-૫-૦ સ્વાભાવિકધર્મ. રૂ. ૦-૩-૦ સુબોધકલ્પલતા. રૂ. ૦-૫-૦ સદુપદેશદિવાકર પ્રથમ કિરણ. રૂ. ૦-૧૨-૦ સદુપદેશદિવાકર દ્વિતીય કિરણ. રૂ. ૦-૧૨-૦ સદુપદેશદિવાકર તૃતીય કિરણ. રૂ. ૦-૧૨-૦ સદુપદેશદિવાકર ચતુર્થ કિરણ. રૂ. ૧-૨-૦ ઉપદેશગ્રંથાવલિના અંક ૧ થી ૧૦ રૂ. ૦-૭-૬ ઉપદેશગ્રંથાવલિના અંક ૧૧ થી ૨૫ રૂ. ૦-૮-૦ ઉપદેશગ્રંથાવલિના અંક ૨૬ થી ૩૫ રૂ. ૦-૮-૦ ઉપદેશગ્રંથાવલિના અંક ૩૬ થી ૫૮ રૂ. ૧-૨-૦ યોગપ્રભાકર. રૂ. ૦-૪-૦ પ્રશ્નોત્તરરૂપે વિવિધ ઉપદેશ. રૂ. ૦-૫-૬ ગીતાદિ પંચરત્ન સટીક. રૂ. ૧-૮-૦ રાસપંચાધ્યાયી ભક્તિપક્ષની તથા જ્ઞાનપક્ષની વિસ્તૃત ટીકાસહિત. રૂ. ૦-૫-૬ પ્રણવપટ્ટ. રૂ. ૦-૩-૦ પ્રણવવિસ્તારપટ્ટ. રૂ. ૦-૨-૦ નાથકાવ્ય. રૂ. ૦-૫-૦ નાથકાવ્ય ભાગ ૨ જો. રૂ. ૦-૧૪-૦ સદુપદેશમાલા પ્રથમ ભાગ. રૂ. ૦-૩-૬ પત્રકલ્પમંજરી. રૂ. ૦-૩-૦ વિનોદમાલા. રૂ. ૦-૫-૦ દુરાચારગિરિવજ્ર. રૂ. ૦-૪-૦ રુદ્રસૂક્ત પુરુષસૂક્ત ને ઈશાવાસ્યાદિ સટીક. રૂ. ૦-૫-૦ શ્રીસૂક્ત સટીક. રૂ. ૦-૦-૯ વૈરાગ્યસુધાકર. રૂ. ૦-૧-૬ ભક્તિસુધા. રૂ. ૦-૦-૬ શ્રીયજુર્વેદીય આહ્નિકપ્રકાશ. રૂ. ૦-૮-૦ શ્રીસનાતનધર્મનું નિરૂપણ. રૂ. ૦-૧-૦ સુવિચારચંદ્રિકા. રૂ. ૦-૫-૦ મહામંત્રમાલિકા. રૂ. ૦-૩-૦ શ્રીશંકરાચાર્યનાં અષ્ટાદશ રત્નો સટીક. રૂ. ૧-૮-૦ વિવેકભાસ્કર પ્રથમરશ્મિ. રૂ. ૦-૬-૦ બ્રહ્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિનાં વીશ સાધનો. રૂ. ૦-૯-૦. આશૌચનિર્ણય. રૂ. ૦-૧-૦

ઉપરનાં પુસ્તકો મળવાનું ઠેકાણું:—વ્યવસ્થાપક, આનંદાશ્રમ, બીલખા.